

**LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)
DI SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN**
Jl. Perhutut No.6, Tlogo, Prambanan, Klatem
15 September – 15 November 2017



Oleh:
TEGUH IMAM SANTOSO
NIM. 14601241037

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2017**

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah, Koordinator kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing Sekolah, Guru Pembimbing, dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PLT UNY menyatakan bahwa mahasiswa di bawah ini :

Nama : Teguh Imam santoso
NIM : 14601241037
Jurusan : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten dari tanggal 15 September 2017 s.d. 15 November 2017. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Klaten, 16 November
2017

Dosen Pembimbing Lapangan,

Guru Pembimbing ,

Tri Ani Hastuti, S.Pd.,M.Pd

Munir Fathoni S. Pd.

NIP. 197209042001122001

NBM. 1186183

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PLT,

SMK Muhammadiyah 1 Prambanan,



Drs. Sukardi, M.Pd

NBM. 700.506

Nurhayati, S.Pd

NBM. 957.658

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga pelaksanaan kegiatan PLT yang tercantum dalam laporan kegiatan PLT ini dapat diselenggarakan dengan baik.

Dalam Pelaksanaan PLT ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Dengan selesainya laporan ini saya berterimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan untuk pelaksanaan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing.
2. Ketua Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) beserta Staf yang telah memberikan semua informasi pelaksanaan PLT di sekolah.
3. Bapak Drs. Sukardi selaku kepala sekolah SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten yang telah memberika ijin untuk melaksanakan PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten.
4. Ibu Tri Ani Hastuti, S.Pd, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan PLT 2017 dan selaku Dosen Pamong jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberi bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Bapak Munir Fathoni S.Pd. selaku Guru Pembimbing di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten yang telah membimbing dan memberikan ilmu tentang mengajar mengenai kiat-kiat menghadapi peserta didik .
6. Ibu Nurhayati, S.Pd selaku Koordinator PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten atas kesediaanya untuk membimbing kami selama pelaksanaan berlangsung.

7. Seluruh Bapak, Ibu Guru beserta staff dan karyawan/i SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten.
8. Peserta didik SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten terimakasih atas kerjasama selama PLT yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengabdikan diri menjadi rekan belajar.
9. Rekan-rekan PLT UNY seperjuangan atas kerjasamanya, persahabatan, dan kekopakan yang telah kita lalui bersama, juga tempat berbagi dan memberikan semangat kepada kita.
10. Serta semua pihak yang telah membantu pelaksanaan PLT yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga semua bantuan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penyusun insyaAllah mendapat balasan dari Allah SWT.

Penyusun menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu pada kesempatan ini pula, penyusun sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan hasil pada kegaitan-kegiatan selanjutnya. Akhir kata semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, Amin.

Klaten, 16 November 2017

Mahasiswa PLT

Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
BAB I.....	9
PENDAHULUAN	9
A. Analisis Situasi.....	10
a. Sarana.....	10
b. Prasarana	11
c. Potensi Siswa	12
d. Potensi Guru.....	12
e. Potensi Karyawan	13
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT	13
BAB II.....	18
PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL.....	18
A. Persiapan.....	18
B. Pelaksanaan PLT.....	20
C. Analisis Hasil	23
a. Manfaat PLT	24
b. Hambatan PLT	24
BAB III	25
PENUTUP	25
A. Kesimpulan	25
B. Saran	25
1. Untuk SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten	25
3. Untuk Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran.....	26
DAFTAR PUSTAKA	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Format Observasi Pembelajaran di kelas dan sekolah
Lampiran 2	Matrik Program Kerja
Lampiran 3	Catatan Harian
Lampiran 4	Rekapitulasi Dana
Lampiran 5	Kartu Bimbingan
Lampiran 6	Kalender Pendidikan SMK Muhammdiyah 1 Prambanan
Lampiran 7	Jadwal Pelajaran
Lampiran 8	Agenda Mengajar
Lampiran 9	Silabus
Lampiran 10	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
Lampiran 11	Program Tahunan
Lampiran 12	Program Semester
Lampiran 13	Daftar Nilai Peserta Didik
Lampiran 14	Presensi Peserta Didik
Lampiran 15	Dokumentasi

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
LOKASI
SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Oleh: Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

ABSTRAK

PLT UNY merupakan program kegiatan yang dilaksanakan oleh PP PPL dan PKL LPPMP UNY dan wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa kependidikan UNY. Program ini bertujuan untuk memberikan pengalaman dan meningkatkan pengetahuan dan profesionalitas mahasiswa didunia kependidikan agar menciptakan tenaga kependidikan yang lebih berkualitas.

Pelaksanaan serangkaian program PLT UNY di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten tahun 2017 dimulai pada tanggal 15 September sampai 15 November 2017. Adapun program PLT yang meliputi program observasi, persiapan mengajar, pembuatan RPP, pengajaran terbimbing, pengajaran mandiri, pelaksanaan piket di sekolah, pelatihan ekstrakurikuler. Pada pelaksanaan mengajar ini, mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi diberi kesempatan untuk mengampu dua kelas X (X.TKJ dan X.Farmasi) yang menggunakan kurikulum 2013, dua kelas XI (XII. Administrasi dan XI. Farmasi) menggunakan kurikulum KTSP dan dua kelas XII (XII.TKJ dan XII. Administrasi) yang juga menggunakan kurikulum KTSP dengan alokasi waktu 2 x 45 menit. Dalam pelaksanaannya ada pun permasalahan yang ditemui oleh mahasiswa yaitu masalah dalam pengelolaan kelas dan penguasaan kurikulum.

Selama pelaksanaan PLT berlangsung adapun hasil yang diperoleh oleh mahasiswa yaitu mendapat pengalaman yang berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, pengelolaan kelas, pelaksanaan pembelajaran, dan pengadministrasian sekolah. Dengan adanya PLT mahasiswa juga dapat mengembangkan keterampilan dibidang sosial yang dapat dipelajari di lingkungan sekolah.

Kata Kunci : PLT, Program PLT UNY

BAB I

PENDAHULUAN

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh bagi mahasiswa jurusan kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Kegiatan PLT adalah usaha yang dilakukan Universitas Negeri Yogyakarta untuk melatih mahasiswa jurusan kependidikan dalam praktiknya di dunia kependidikan. Dalam pelaksanaan PLT ini, mahasiswa melaksanakan tugas – tugas kependidikan sebagai tenaga pendidik, dalam hal ini, yang meliputi kegiatan praktik mengajar maupun kegiatan yang mendukung pembelajaran lainnya. Hal tersebut bertujuan untuk memberikan pengalaman nyata kepada mahasiswa agar dapat dapat mempersiapkan diri dan menerapkan kemampuannya sebelum masuk ke dunia kependidikan yang sebenarnya.

Menurut Undang – undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat 1, kegiatan pendidikan tidak hanya dilakukan dengan cara memberikan penjelasan didalam kelas, namun juga suatu usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual agama, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Oleh karena itu, pendidikan tidak dapat dilaksanakan tanpa perencanaan pelaksanaan yang baik. Dengan diadakannya kegiatan PLT ini, mahasiswa dapat diharapkan dapat menjadi tenaga kependidikan yang profesional dan sesuai dengan cita-cita bangsa. Sekolah merupakan tempat yang paling tepat untuk merealisasikan program PLT tersebut karena mahasiswa dapat merasakan dan terlibat secara langsung dalam lingkungan pendidikan yang nyata.

Dalam pelaksanaan PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten terdiri dari 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Teknik Elektronika dan Informatika;

Mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi; 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Administrasi Perkantoran.

A. Analisis Situasi

Langkah awal analisis situasi dalam pelaksanaan kegiatan PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten adalah melakukan observasi atau pengamatan ke sekolah. Pengamatan ini dilakukan untuk menemukan potensi dan mengetahui kendala yang ada sebagai acuan untuk merumuskan program kerja. Dengan dilakukannya analisis situasi ini, mahasiswa dapat lebih mengenal SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten yang selanjutnya akan mempermudah dan memperlancar pelaksanaan PLT.

SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten merupakan sekolah swasta yang berdiri dibawah yayasan Muhammadiyah. Sekolah ini terletak di Desa Tlogo, Kecamatan Prambanan, Kabupaten Klaten. Sekolah ini memiliki tenaga pengajar sebanyak 24 orang guru, 6 tenaga administrasi, 2 orang tenaga penjaga malam, dan 2 orang tenaga kebersihan, serta memiliki siswa sebanyak \pm 270 siswa yang ditampung dalam 12 kelas. Kelas X, XI, XII yang masing-masing kelas terdapat 4 jurusan yaitu: jurusan Teknik Komputer Jaringan (TKJ), jurusan Administrasi Perkantoran, jurusan Akuntansi dan jurusan Farmasi.

SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten memiliki berbagai sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran antara lain sarana yang menunjang proses pembelajaran. Berikut merupakan sarana dan prasarana sekolah antara lain yaitu :

- a. Sarana
 1. 12 Ruang kelas
 2. Ruang guru
 3. Ruang Kepala Sekolah
 4. Ruang Tata Usaha
 5. Perpustakaan

6. 5 Laboratorium yang terdiri dari :1 laboratorium farmasi, 1laboratorium administrasi perkantoran, 2 laboratorium komputer umum, 1laboratorium TKJ, gudang peralatan olahraga.
7. 2 Kamar mandi guru dan 8 kamar mandi siswa
8. Kantin
9. Kopersi siswa
10. Tempat Parkir
11. Ruang BK
12. Ruang UKS
13. Ruang Aula
14. Ruang IPM
15. Ruang Tamu
16. Gudang
17. Lapangan basket

b. Prasarana

1. Instalasi air dan listrik
2. Jaringan *hotspot* atau *WiFi*
3. Jaringan telepon
4. Dan akses jalan

Disekolah ini terdapat beberapa ekstrakurikuler, antara lai : Hizbul Waton (HW), tapak suci, basket, renang, multimedia dan grafis.

SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten memiliki visi dan misi sebagai berikut :

- a. VISI : Terwujudnya siswa yang cerdas, Terampil, Mandiri, Unggul dan Islami
- b. MISI :
 1. Membentuk pribadi yang berakhlak mulia
 2. Menghasilkan tenaga kerja yang kreatif dan inovatif sesuai perkembangan IPTEK
 3. Menghasilkan lulusan yang mampu bersaing di pasar kerja era global

4. Menghasilkan alumni yang tangguh dan profesional
5. Menjadikan siswa yang berguna bagi Agama, Bangsa dan Negara

c. Potensi Siswa

Jumlah kelas total ada 12 kelas: 4 kelas untuk kelas X, 4 kelas untuk kelas XI, dan 4 kelas untuk kelas XII. Rata-rata terdapat 24 siswa dalam setiap kelas. Jumlah murid keseluruhan ada 298 siswa, dengan rincian: kelas X sebanyak 102 anak, kelas XI sebanyak 99 anak dan kelas XII sebanyak 97 anak. Siswa SMK Muhammadiyah 1 Prambanan memiliki berbagai prestasi antara lain: Juara 3 Tapak Suci Tingkat Nasional 2013, Juara 1 Tapak Suci Tingkat Kabupaten Klaten 2013, Juara 3 LKS TKJ SMK se-Kabupaten Klaten 2013, Juara 3 LKS AD SMK se-Kabupaten Klaten 2013, Juara 2 Membacakan Berita Bahasa Inggris Tingkat Kabupaten Klaten 2013, mewakili pentas BORA Kabupaten Klaten di Blora 2014, Juara Volly Instansi se-Kecamatan Prambanan Klaten 2014, dan Juara 3 dalam Kategori Penata Artistik Festival Kethoprak Pelajar 2015.

d. Potensi Guru

Jumlah tenaga pengajar keseluruhan sebanyak 24 orang, rata-rata bergelar sarjana. Setiap tenaga pengajar mengampu satu bidang studi tertentu. Terdapat 1 orang pengajar yang bergelar magister, 23 orang yang bergelar sarjana, dan 1 orang yang bergelar sarjana muda. Jumlah tenaga pengajar keseluruhan sebanyak 24 orang, rata-rata bergelar sarjana. Dari keseluruhan tenaga pengajar tersebut, 12 orang sudah menjadi guru tetap yayasan (GTY) dan 13 orang masih berstatus sebagai guru tidak tetap (GTT). Sebagian besar tenaga pengajar dapat menangkap serta mengaplikasikan kurikulum dalam bentuk RPP dengan baik. Tenaga pengajar juga dibantu dengan adanya sarana prasarana yang memadai di kelas, seperti proyektor dan screen. Sehingga tenaga pengajar tersebut dapat dengan mudah menyampaikan, menjelaskan, maupun mengilustrasikan materi di dalam kelas.

e. **Potensi Karyawan**

Selain tenaga kerja, kegiatan kependidikan di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten ini juga didukung oleh karyawan yang berjumlah sebanyak 10 orang. Karyawan tersebut dapat dirincikan sebagai berikut: 1 orang kepala tata usaha, 1 orang bendahara, 3 orang staff, 1 orang pustakawan, 2 orang petugas kebersihan, dan 2 orang penjaga malam. Karyawan yang berada di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten ini berkompeten dalam bidang masing-masing dan sangat berperan dalam pengembangan dan perawatan SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT

1. **Perumusan masalah**

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, terdapat beberapa permasalahan yang perlu dicari solusinya. Permasalahan yang ditemukan adalah kondisi kelas yang sering kali ramai dan siswa yang kurang aktif dalam pembelajaran. Selain itu, kurang optimalnya penggunaan sarana atau fasilitas terutama menyangkut media pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan pengajar, siswa, dan sekolah. Masih kurangnya fasilitas -fasilitas kecil seperti jam dinding dan taplak meja. Perlu adanya pengembangan agar kemampuan siswa dan media dapat berkembang sehingga kualitas sekolah makin baik.

Berdasarkan analisis situasi dari hasil observasi, maka kelompok PLT UNY di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten berusaha merencanakan program kerja yang diharapkan dapat membantu pengembangan sesuai potensi yang dimiliki sekolah. Program kerja yang direncanakan telah mendapat persetujuan Kepala Sekolah, Dosen Pembimbing Lapangan dan hasil mufakat antara guru pembimbing dengan mahasiswa PPL UNY. Perencanaan dan penentuan kegiatan yang telah disusun mengacu pada pemilihan kriteria berdasarkan:

1. Maksud, tujuan, manfaat, kelayakan dan fleksibilitas program
2. Potensi guru dan siswa
3. Waktu dan fasilitas yang tersedia
4. Kebutuhan dan dukungan dari guru, karyawan, dan siswa

5. Kemungkinan yang berkesinambungan

2. Rancangan Kegiatan PLT

PLT yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan kependidikan yang melibatkan peran dari berbagai pihak yang terkait yaitu mahasiswa, guru pembimbing, dan dosen pembimbing untuk melakukan persiapan yang matang agar pelaksanaan dapat berjalan sesuai

dengan tujuan. Laporan Individu Kegiatan Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) UNY 2017

5 Kegiatan PLT UNY 2017 dilaksanakan dari tanggal 15 September – 15 November 2017. Akan tetapi, pelaksanaan kegiatan PLT dilaksanakan secara intensif mulai dari tanggal 15 September 2017. Sementara kegiatan ini sebenarnya dimulai di kampus sejak mahasiswa mengikuti mata kuliah Pengajaran Mikro (Micro teaching). Jadwal pelaksanaan kegiatan PLT Uny 2017 dapat dilihat pada table 1 berikut ini:

No.	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Tempat
1.	Pembekalan PLT	11 September 2017	KPLT FT UNY
2.	Upacara Penerjungan PLT	14 September 2017	GOR UNY
3.	Obeservasi pra PLT	12 Februari 2017	SMK Muh 1 Prambanan Klaten
3.	Penerjungan mahasiswa ke sekolah	15 September 2017	SMK Muh 1 Prambanan Klaten
4	Observasi mahasiswa	15 dan 16 September 2017	SMK Muh 1 Prambanan Klaten
4.	Pelaksanaan PLT	15 September – 15 November 2017	
5.	Penyelesaian laporan / ujian		
6.	Penarikan mahasiswa PLT	15 November 2017	Aula SMK Muhammadiyah 1 Prambanan

Tabel 1.

Jadwal pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2015

Secara garis besar, rangkaian kegiatan PPL ini meliputi:

a. Tahap Persiapan di Kampus

Secara administratif, mahasiswa yang diperbolehkan mengikuti kegiatan PPL adalah mahasiswa yang dinyatakan telah menempuh dan lulus dalam mata kuliah Pengajaran Mikro (micro teaching). Mata kuliah tersebut merupakan mata kuliah wajib Pengajaran Mikro atau Micro Teaching merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa di jurusan kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta di semester 6. Mata kuliah tersebut bertujuan untuk melatih dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebelum merasakan kondisi sebenarnya pada saat praktek mengajar di sekolah.

b. Observasi Pra PLT

Observasi pra PLT ini dilakukan pada tanggal 12 Februari 2017. Kegiatan observasi ditujukan untuk mengetahui kondisi fisik dan non fisik dari SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten. Observasi pra PLT ini dilakukan selama 1 bulan khusus untuk Mahasiswa jurusan Pendidikan Teknik Elektronika dan Informatika. Mahasiswa melakukan observasi dengan mengunjungi SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten ini seminggu dua kali. Kegiatan ini dilakukan bertujuan supaya mahasiswa dapat menemukan masalah yang terdapat di SMK ini, sehingga mahasiswa diharapkan dapat merancang program kerja yang dapat membantu menyelesaikan masalah yang ada di SMK tersebut.

c. Pembekalan PPL

Kegiatan pembekalan dilaksanakan pada tanggal 11 September 2017 di Ruang KPLT FT UNY. Kegiatan Pembekalan diadakan dengan tujuan untuk memberikan bekal secara moril kepada mahasiswa sebelum melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PLT) di sekolah. Pada pembekalan, mahasiswa juga diberi materi mengenai petunjuk teknis pelaksanaan PLT yang berkaitan dengan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di sekolah.

d. Penerjunan Mahasiswa ke SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten

Penerjunan mahasiswa PLT dilaksanakan pada tanggal 15 September 2017. Mahasiswa PLT diserahkan oleh Dosen Pamong ke Sekolah melalui Kepala sekolah SMK muh 1 Prambanan Klaten. Pada hari tersebut, mahasiswa langsung melakukan kegiatan di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten sesuai dengan yang sudah tertuang dalam program kerja PLT.

e. Observasi Lapangan

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan secara langsung terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim, dan norma yang berlaku di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten. Pada tahap ini, mahasiswa melakukan pengamatan dan wawancara. Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individual mahasiswa dan disertai dengan persetujuan dari pihak sekolah.

Adapun hal-hal yang menjadi fokus kegiatan observasi adalah sebagai berikut:

- 1) Perangkat Pembelajaran
- 2) Proses Pembelajaran
- 3) Perilaku/Keadaan Siswa

f. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Persiapan Perangkat Pembelajaran

Dalam observasi ini, mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar. Hal ini ditujukan agar mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya. Sehingga pada saat praktek mengajar, mahasiswa mengetahui langkah yang tepat untuk mengelola kelas.

g. Kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing

1) Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi persiapan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan pembelajaran, seperti membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), mempersiapkan materi pembelajaran beserta tugas-tugas yang akan

diberikan kepada siswa, membuat media pembelajaran, serta konsultasi dengan guru pembimbing.

2) Pelaksanaan Praktek Mengajar

Praktek mengajar dimulai pada tanggal 15 September sampai 15 November 2017. Mahasiswa PPL melaksanakan praktek mengajar di kelas XI Administrasi Perkantoran. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Sebelum dan setelah melaksanakan praktek mengajar, mahasiswa melakukan konsultasi terlebih dahulu dengan guru pembimbing. Materi konsultasi meliputi topik pembelajaran yang akan disampaikan, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), soal latihan untuk siswa, dan evaluasi pengajaran yang telah dilaksanakan.

3) Praktek Administrasi

Dengan bimbingan guru pembimbing, mahasiswa juga melakukan praktek administrasi sekolah berupa pembuatan Program Semester, RPP 1 KD, soal uji kompetensi, pembuatan kisi-kisi uji kompetensi, pembuatan norma penilaian, dan perekapan nilai uji kompetensi siswa. Dengan demikian, mahasiswa dapat mengetahui administrasi yang harus dilakukan oleh guru selain mengajar. Praktek ini juga bermanfaat untuk menunjang kemampuan mahasiswa dalam membuat perangkat pembelajaran. Dengan demikian mahasiswa mengetahui administrasi yang harus dilakukan oleh guru selain melakukan pengajaran dan untuk menunjang administrasi yang berguna untuk mempersiapkan pembelajaran. Hal tersebut dapat menjadi pengalaman bagi mahasiswa dan dapat menjadi bekal menjadi guru.

g. Penarikan Mahasiswa PLT

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL dilaksanakan pada tanggal 15 November 2017, yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PLT UNY di SMK Muh 1 Prambanan Klaten yang dihadiri Kepala Sekolah, Guru Pembimbing Lapangan, Koordinator PLT, Perwakilan guru, Mahasiswa PLT 2017 serta beberapa perwakilan siswa dari setiap kelas.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan sebelum melaksanakan kegiatan PLT, yang meliputi:

1. Mata Kuliah Pembelajaran

Sebelum menempuh program PLT mahasiswa diwajibkan lulus terlebih dahulu dalam mata kuliah pembelajaran. Perkuliahan ini dilaksanakan pada semester V dan VI. Pada perkuliahan ini mahasiswa dibimbing untuk bisa melakukan pengajaran dengan mandiri. Selain itu mahasiswa juga dituntut untuk dapat membuat RPP, penilaian hasil belajar dan strategi atau model pembelajaran yang sesuai dengan materi yang diajarkan, sehingga mahasiswa akan siap jika diterjunkan di sekolah.

Pembekalan PLT

Pembekalan PLT dilaksanakan pada tanggal 11 September 2017 di kampus FIK. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam menyelesaikan kendala atau kesulitan yang mungkin dialami mahasiswa pada saat pelaksanaan program PLT. Pembekalan PLT ini wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa yang akan melaksanakan PLT. Ada 2 pembekalan yang diikuti oleh mahasiswa yaitu pembekalan tingkat jurusan dan pembekalan oleh Dosen Pembimbing Lapangan atau DPL PLT.

2. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Lapangan

Observasi kelas atau lapangan dilaksanakan dengan tujuan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi kelas, kondisi siswa, karakteristik siswa dan proses kegiatan belajar mengajar di kelas maupun di lapangan, sehingga mahasiswa akan lebih mudah untuk

membuat rencana dan strategi dalam pembelajaran serta membuat mahasiswa lebih siap ketika praktik mengajar. Objek dari observasi ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan cara guru mengajar, yang meliputi cara membuka dan menutup pembelajaran, penyajian materi, motivasi siswa, teknik bertanya, teknik penguasaan kelas, penggunaan media, dan bentuk serta cara evaluasi.

3. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Sebelum mengajar, mahasiswa melakukan persiapan untuk mengajar. Persiapan tersebut meliputi pembuatan perangkat pembelajaran sebagai berikut:

a. Mencari referensi materi yang akan disampaikan

Referensi materi pembelajaran dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti buku, internet, televisi, media dan sumber-sumber lainnya yang sesuai dengan materi dan kompetensi yang akan disampaikan kepada siswa.

b. Menyusun RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran memiliki beberapa komponen yang juga harus diketahui oleh mahasiswa praktikkan. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran biasanya berisi komponen yang berupa identitas mata pelajaran, kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, materi pembelajaran, pendekatan, metode, langkah-langkah pembelajaran, alat/sumber belajar/bahan, dan evaluasi pembelajaran. Dalam penyusunan RPP, mahasiswa berkonsultasi dengan guru pembimbing terlebih dahulu, terutama materi yang akan di sampaikan. Adanya rencana pembelajaran diharapkan mahasiswa dapat menyampaikan materi dengan lebih terarah, serta sesuai dengan kompetensi yang diharapkan.

c. Penguasaan materi

Dalam sebuah pembelajaran penguasaan materi adalah yang utama. Untuk itu mahasiswa praktikan harus menguasai materi yang akan disampaikan kepada siswa. Hal ini bertujuan agar kegiatan pembelajaran dapat berjalan lancar serta selain itu juga agar tujuan dalam pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

d. Persiapan fisik dan mental

Sebelum melakukan pembelajaran mahasiswa juga perlu melakukan persiapan baik fisik maupun mental agar pembelajaran dapat terlaksana dengan baik, lancar, dapat tampil optimal, percaya diri dan berwibawa di depan kelas.

B. Pelaksanaan PLT

Pelaksanaan praktik dimulai pada tanggal 15 September 2017 sampai dengan tanggal 15 November 2017. Pihak sekolah atau guru pembimbing memberikan kesempatan kepada mahasiswa PLT untuk memberikan pembelajaran kelas X (TKJ dan Farmasi) menggunakan kurikulum 2013, kelas XI (Administrasi dan Farmasi) menggunakan kurikulum KTSP dan kelas XII (TKJ dan Administrasi) menggunakan kurikulum KTSP. Adapun rinciannya adalah sebagai berikut :

No	Hari/Tanggal	Jam	Materi Pembelajaran	Kelas
1	Rabu, 20 September 2017	07.00-08.30	Permainan Bola Besar (Sepak Bola)	XII.AD
2	Kamis, 21 September 2017	07.00-08.30	Permainan Bola Besar (Sepak Bola)	XII.TKJ
3	Jum'at, 22 September 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Besar (Sepak Bola)	XI.AD
4	Sabtu, 23 September 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Besar (Sepak Bola)	X.TKJ
5	Selasa, 3 Oktober 2017	08.30-10.00	Pembahasan soal tengah semester	XI.FAR
6	Rabu, 4 Oktober 2017	07.00-08.30	Pembahasan soal tengah semester	XII.AD

7	Senin, 9 Oktober 2017	08.30-10.00	Atletik (lompat jauh)	X.FAR
8	Selasa, 10 Oktober 2017	08.30-10.00	Atletik (lompat jauh)	XI.FAR
9	Rabu, 11 Oktober 2017	07.00-08.30	Atletik (lompat jauh)	XII.AD
10	Kamis, 12 Oktober 2017	07.00-08.30	Atletik (lompat jauh)	XII.TKJ
11	Jum'at, 13 Oktober 2017	08.30-10.00	Atletik (lompat jauh)	XI.AD
12	Sabtu, 14 Oktober 2017	08.30-10.00	Atletik (lompat jauh)	X.TKJ
13	Senin, 16 Oktober 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Kecil (softball)	X.FAR
14	Selasa, 17 Oktober 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Kecil (softball)	XI.FAR
15	Rabu, 18 Oktober 2017	07.00-08.30	Permainan Bola Kecil (softball)	XII.AD
16	Kamis, 19 Oktober 2017	07.00-08.30	Permainan Bola Kecil (softball)	XII.TKJ
17	Jum'at, 20 Oktober 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Kecil (softball)	XI.AD
18	Sabtu, 21 Oktober 2017	08.30-10.00	Permainan Bola Kecil (softball)	X.TKJ
19	Senin, 23 Oktober 2017	09.10-11.10	Permainan Bola Besar (Voli)	X.FAR
20	Selasa, 24 Oktober 2017	09.10-11.10	Atletik (Tolak peluru)	XI.FAR
21	Rabu, 25 Oktober 2017	07.50-09.50	Atletik (Lompat jangkit)	XII.AD
22	Kamis, 26 Oktober 2017	10.05-11.25	Atletik (Lompat jangkit)	XII.TKJ
23	Jum'at, 27 Oktober 2017	09.10-11.10	Atletik (Tolak peluru)	XI.AD
24	Sabtu, 28 Oktober 2017	09.10-11.10	Permainan Bola Besar (Voli)	X.TKJ
25	Senin, 30 Oktober 2017	09.10-11.10	Permainan Bola Besar (basket / shooting)	X.FAR
26	Selasa, 31 Oktober 2017	09.10-11.10	Permainan Bola Besar (basket / lay up shoot)	XI.FAR

27	Selasa, 7 November 2017	09.10-11.10	Diskusi kelas	XI.FAR
28	Rabu, 8 November 2017	07.50-09.50	Permainan Bola Besar (sepak bola)	XII.AD
29	Kamis, 9 November 2017	10.05-11.25	Permainan Bola Besar (sepak bola)	XII.TKJ
30	Jum'at, 10 November 2017	09.10-11.10	Diskusi kelas	XI.AD
31	Sabtu, 11 November 2017	09.10-11.10	Pertandingan perpisahan PLT	X.TKJ
32	Senin, 13 November 2017	09.10-11.10		X.FAR
33	Selasa, 14 November 2017	09.10-11.10		XI.FAR
34	Rabu, 15 November 2017	07.50-09.50		XII.AD

Dalam praktiknya, mahasiswa harus mengajar sesuai dengan teori pengajaran yang sudah dipelajari dan diperoleh dari mata kuliah di kampus, yaitu terdiri dari :

1. Kegiatan praktik mengajar

Kegiatan praktik mengajar di lapangan meliputi :

- a. Kegiatan awal

Untuk memulai atau mengawali pembelajaran, mahasiswa mengawalinya dengan membariskan/mengkondisikan siswa, mengucapkan salam dan memimpin berdoa, kemudian absensi dan memastikan bahwa siswa-siswi dalam keadaan sehat, melakukan pengarahan dan tanya jawab dengan siswa tentang materi yang akan dipelajari atau di ajarkan, lalu dilanjutkan dengan melakukan pemanasan. Hal ini bertujuan untuk menyiapkan siswa secara fisik dan mental untuk mengikuti kegiatan pembelajaran.

- b. Kegiatan inti

Dibagian inti mahasiswa memfokuskan untuk pemberian materi, mempraktekan materi dan pembenahan materi pada siswa dengan strategi atau metode yang sesuai dengan kondisi dan

kurikulum yang digunakan agar tujuan dalam pembelajaran dapat tercapai oleh siswa.

c. Kegiatan penutup

Sebelum diakhiri dapat juga dengan mengambil penilaian atau evaluasi hasil dari latihan yang sudah dipelajari di kegiatan ini tadi, lalu setelah selesai guru membariskan siswa untuk melakukan pendinginan, mengkondisikan siswa untuk mengevaluasi secara lisan dari hasil penilaian atau kegiatan ini, mengambil kesimpulan mengenai materi yang sudah dipelajari tadi. Terakhir siswa dibariskan kembali, berdoa, menutup pembelajaran dan membubarkan siswa untuk kembali ke kelas dan mengikuti pembelajaran selanjutnya.

Selama proses pengajaran, mahasiswa tetap selalu diawasi oleh guru pendamping. Hal ini bertujuan agar guru pendamping juga tahu seperti apa cara mahasiswa melakukan pengajaran dan seperti apa perkembangan mahasiswa dalam praktik mengajar.

C. Analisis Hasil

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang dilaksanakan mahasiswa PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten mulai dari awal penerjunan sampai penarikan dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan harapan, tujuan dan program yang sudah dipersiapkan. Dengan adanya dukungan dari guru, dosen, warga sekolah, dan teman-teman PLT UNY 2017 mampu menambah semangat dalam melaksanakan kegiatan PLT tahun 2017.

Kegiatan PLT ini sangat bermanfaat bagi mahasiswa jurusan kependidikan. Dengan adanya PLT, mahasiswa PLT diberikan kesempatan untuk mempraktikkan materi yang sudah didapatkan di kampus dan berlatih melaksanakan pengajaran di sekolah selayaknya seorang guru. Namun selain itu adapun manfaat dan hambatan yang dialami oleh mahasiswa PLT, manfaat dan hambatan tersebut yaitu:

a. Manfaat PLT

Beberapa manfaat yang dirasakan praktikan selama mengikuti kegiatan PLT di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten adalah:

- 1) PLT memberikan pengalaman menjadi guru yang sebenarnya dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah.
- 2) PLT mengajarkan kita cara mendidik siswa dengan baik
- 3) PLT mengajarkan kita menjadi seorang orang tua yang menjadi panutan untuk anak-anaknya
- 4) PLT memberi keluarga baru yaitu warga sekolah SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten.
- 5) PLT mengajarkan kita untuk bersikap baik, sopan, santun, saling menghargai dan gotong royong dalam hidup bermasyarakat

b. Hambatan PLT

Hambatan yang ditemui mahasiswa PLT selama kegiatan PLT diantaranya yaitu:

- 1) Praktikan masih kurang pengalaman dalam mengkondisikan siswa didalam kelas, karena belum begitu memahami karakter siswa.
- 2) Peyesuaian metode dan strategi mengajar karena karakter siswa yang berbeda-beda
- 3) Masiswa masih merasa canggu dan gugup karena belum terbiasa menghadapi atau melakukan KBM di sekolah.

Namun dari beberapa hambatan tersebut dapat diatasi dengan selalu berkonsultasikan dengan guru pembimbing serta guru pembimbingpun selalu memberikan pengarahan serta motivasi kepada mahasiswa praktikan, sehingga lama-kelamaan mahasiswa praktikan bisa memperbaiki mengatasi hambatan tersebut.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan PLT Universitas Negeri Yogyakarta 2017 di SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten dimulai tanggal 15 September sampai dengan 15 November 2017.. Selama PLT berlangsung banyak pengalaman yang didapatkan oleh mahasiswa terutama dalam proses persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dalam pembelajaran.

Kelancaran atas berjalannya kegiatan PLT ini, berkat adanya dukungan dari dosen pembimbing, guru pembimbing, siswa-siswi SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten, seluruh warga sekolah, dan teman-teman PLT UNY 2017.

Berdasarkan pengalaman tersebut praktikan dapat mengambil beberapa kesimpulan antara lain :

1. Kegiatan PLT menjadikan mahasiswa dapat terjun langsung dan berperan aktif dalam lembaga pendidikan formal, menambah sudut pandang dan memperluas wawasan mahasiswa dalam lingkungan sekolah, membentuk mahasiswa agar lebih kreatif, inovatif dan percaya diri sebagai bagian dari masyarakat.
2. Membantu praktikan untuk belajar bagaimana berinteraksi dengan siswa baik di kelas (dalam proses pembelajaran) maupun di luar kelas (luar jam belajar) sehingga mahasiswa sadar akan perannya sebagai pengajar dan pendidik yang wajib memberikan teladan dan sebagai pengayom siswa di sekolah.

B. Saran

1. Untuk SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten

- a. Perlunya kelengkapan dan perawatan alat-alat olahraga, sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar.
- b. Penyediaan mushola agar kelangsungan ibadah tidak di aula
- c. Penyediaan ruangan khusus untuk UKS tidak menjadi satu

dengan ruang tata usaha

- d. Perlu ditingkatkannya pembinaan bakat dan minat siswa agar potensi dan prestasi siswa dapat dikembangkan dan ditingkatkan

2. Untuk Mahasiswa

- a. Mahasiswa harus lebih mempersiapkan diri baik secara fisik, mental, materi, dan keterampilan mengajar.
- b. Selalu menjalin komunikasi antar anggota kelompok PLT UNY 2017 dan warga SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten.
- c. Mahasiswa harus dapat mengatur waktu dalam pelaksanaan pembelajaran.
- d. Memahami kondisi dan karakter siswa agar KBM bisa berjalan lancar dan siswa pun antusias untuk mengikuti KBM.

3. Untuk Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran

- a. Perlunya peninjauan secara berkala oleh dosen pembimbing terhadap praktikan di sekolah tempat

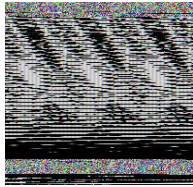
4. Untuk Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Meningkatkan komunikasi, dan kerjasama dengan pihak sekolah agar meminimalisir miskomunikasi.
- b. Pihak UPPL sebaiknya lebih transparansi dalam pendanaan.
- c. Lebih sering melakukan monitoring, karena sering dijumpai pelaksanaan PLT hanya satu bulan dan juga banyak dari pihak guru yang memberikan tugas tidak sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

1. Tim Penyusun Panduan PLT UNY. 2017. *Panduan PLT*. Yogyakarta: PP PLT dan PKL LPPMP UNY.
2. Tim Pembekalan PLT UNY. 2017. *Materi Pembekalan PLT*. Yogyakarta: UNY

LAMPIRAN



FORMAT OBSERVASI KONDISI LEMBAGA*)

NPma.4

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Teguh Imam Santoso PUKUL : 08.00 – selesai
NO. MAHASISWA : 14601241037 TEMPAT OBSERVASI: SMK Muh.1 Prambanan Klaten
TGL. OBSERVASI : 14 September 2017 FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Observasi fisik :		
	a. Keadaan lokasi	Strategis, dan mudah di jangkau	
	b. Keadaan gedung	Layak untuk kegiatan belajar mengajar	
	c. Keadaan sarana/prasarana	Cukup memadai	
	d. Keadaan personalia	Sesuai potensi yang dibutuhkan	
	e. Keadaan fisik lain (penunjang)		
	f. Penataan ruang kerja	Sudah sesuai	
	g. Aspek lain		
2.	Observasi tata kerja :		
	a. Struktur organisasi tata kerja	terstruktur	
	b. Program kerja lembaga	Program sangat baik	
	c. Pelaksanaan kerja	Sesuai rencana	
	d. Iklim kerja antar personalia	Sangat baik	
	e. Evaluasi program kerja	Dilakukan setiap akhir semester	
	f. Hasil yang dicapai	Sesuai dengan yang diharapkan	
	g. Program pengembangan		
	h. Aspek lain		

*) Catatan : sebagai bahan penyusunan program kerja PPL.

Yogyakarta, 14 September 2017

Koordinator PPL Lembaga/Instansi

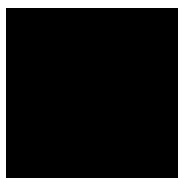
Mahasiswa,

Nurhayati S.Pd

Teguh Imam Santoso

NBM. : 957.658

NIM :14601241037



FORMAT OBSERVASI KONDISI SEKOLAH*)

NPma.2

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMK Muh.1 Prambanan Klaten NAMA MHS. : Teguh Imam Santoso.
ALAMAT SEKOLAH : jl. Perhutut No.6 Tlogo, Prambanan Klaten NOMOR MHS. : 14601241037

FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi fisik sekolah	Layak untuk KBM	
2	Potensi siswa	Berpotensi memperoleh prestasi	
3	Potensi guru	Sesuai dengan bidang	
4	Potensi karyawan	Sangat mendukung	
5	Fasilitas KBM, media	memadai	
6	Perpustakaan	Sudah ada	
7	Laboratorium	Sudah ada	
8	Bimbingan konseling	Masuk dalam KBM	
9	Bimbingan belajar	Dilakukan ketika siswa ada kendala	
10	Ekstrakurikuler (pramuka, PMI, basket, drumband, dsb)	Basket, pencak silat, Iqro, HW	
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	Berjalan dan fasilitas sudah diberikam	
12	Organisasi dan fasilitas UKS	UKS sudah layak namun perlu diperbaiki	
13	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Berjalan tiap bulan	
14	Karya Ilmiah oleh Guru	berjalan	
15	Koperasi siswa	Berjalan dengan baik	
16	Tempat ibadah	Berada di aula	
17	Kesehatan lingkungan	bersih	
18	Lain-lain		

*) Catatan : sebagai bahan penyusunan program kerja PPL.

2017Koordinator PPL Sekolah/Instansi

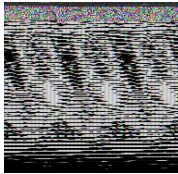
Nurhayati S.Pd

NBM. : 957.658

Yogyakarta, 14 September
Mahasiswa,

Teguh Imam Santoso

NIM : 14601241037



FORMAT OBSERVASI PEMBELAJARAN/PELATIHAN

NPma.3

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Teguh Imam Santoso

PUKUL : 08.00 - selesai

NO. MAHASISWA : 14601241037

TEMPAT PRAKTIK : SMK Muh.1
Prambanan Klaten

TGL. OBSERVASI : 14 September 2017

FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pelatihan/Pembelajaran	
	1. Kurikulum	Menggunakan kurikulum 2013 untuk kelas X dan KTSP untuk kelas XI dan XII
	2. Silabus	Sesuai kurikulum yang digunakan
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran/Latihan	Sudah sesuai dengan kurikulum
B	Proses Pelatihan/Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	diterapkan
	2. Penyajian materi	Sesuai dengan RPP
	3. Metode pembelajaran	Sesuai dengan kondisi kelas
	4. Penggunaan bahasa	Sesuai EYD dan mudah dimengerti
	5. Penggunaan waktu	Sesuai dengan RPP
	6. Gerak	Baik dan mudah dipelajari
	7. Cara memotivasi siswa	Dengan bercerita
	8. Teknik bertanya	Sesuai dengan prosedur
	9. Teknik penguasaan kelas	Sangat baik
	10. Penggunaan media	Sesuai dan memudahkan siswa dalam belajar
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Di akhir pembelajaran
	12. Menutup pelajaran	Sudah diterapkan
C	Perilaku Peserta Pelatihan (Diklat)	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	kondusif
	2. Perilaku siswa di luar kelas	kondusif

Yogyakarta, 14 September 2017

Instruktur

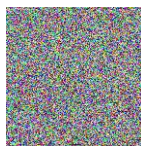
Mahasiswa,

Munir Fathoni S.Pd

Teguh Imam Santoso

NBM. : 1186183

NIM : 14601241037



FORMAT OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN OBSERVASI PESERTA DIDIK

NPma.1

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Teguh Imam Santoso

PUKUL : 08.00 - selesai

NO. MAHASISWA : 14601241037

TEMPAT PRAKTIK : SMK Muh.1
Prambanan Klaten

TGL. OBSERVASI : 14 September 2017

FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)/ Kurikulum 2013	Menggunakan kurikulum 2013 untuk kelas X dan KTSP untuk kelas XI dan XII
	2. Silabus	Sesuai kurikulum yang digunakan
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran/Latihan	Sudah sesuai dengan kurikulum
B	Proses Pelatihan/Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	diterapkan
	2. Penyajian materi	Sesuai dengan RPP
	3. Metode pembelajaran	Sesuai dengan kondisi kelas
	4. Penggunaan bahasa	Sesuai EYD dan mudah dimengerti
	5. Penggunaan waktu	Sesuai dengan RPP
	6. Gerak	Baik dan mudah dipelajari
	7. Cara memotivasi siswa	Dengan bercerita
	8. Teknik bertanya	Sesuai dengan prosedur
	9. Teknik penguasaan kelas	Sangat baik
	10. Penggunaan media	Sesuai dan memudahkan siswa dalam belajar
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Di akhir pembelajaran
	12. Menutup pelajaran	Sudah diterapkan
C	Perilaku Peserta Pelatihan (Diklat)	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	kondusif
	2. Perilaku siswa di luar kelas	kondusif

Yogyakarta, 14 September 2017

Guru Pembimbing

Munir Fathoni S.Pd
NIP. :1186183

Mahasiswa,

Teguh Imam Santoso
NIM :14601241037



MATRIKS PROGRAM KERJA PLT UNY

F01

NAMA SEKOLAH : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
 ALAMAT SEKOLAH : Jl. Perhutut, No. 6, Tlogo, Prambanan Klaten.57454
 GURU PEMBIMBING : Munir Fathoni, S.Pd.
 PELAKSANAAN PPL : 15 September –15 November 2017

NAMA MAHASISWA : TEGUH IMAM SANTOSO
 NIM : 14601241037
 FAK/ JUR/ PRODI : FIK/POR/PJKR
 DOSEN PEMBIMBING : Tri Ani, M.Pd.

NO.	KEGIATAN PPL		JUMLAH JAM PER MINGGU KE-										JUMLAH JAM
			I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
1.	Penerjunan Mahasiswa PLT	R	1										1
		P	2										2
2.	Pembuatan Program PLT												
	a. Observasi	R	2	4									6
		P	2	4									6
	b. Menyusun Matriks Program PLT	R		6									6
		P		6									6
	c. Rapat koordinasi PLT	R	1	1									2
		P	1	1									2
3.	Administrasi Pembelajaran/Guru												
	a. Jaga Piket	R		7	7	7	7	7	7	7	7		56
		P		7	0	7	7	7	7	7		7	49
4.	Pembelajaran Intrakurikuler												
	(Kegiatan Mengajar Terbimbing)												
	a. Persiapan												
	1) Konsultasi	R		2	2	2	2	2	2	2	2		16
		P		2	0	2	2	2	2	0	2		12
	2) Mengumpulkan materi	R		2	2	2	2	2	2	2	2		16
		P		2	0	0.5	2	2	2	0.5	2		11

	3) Membuat RPP	R		3	3	3	3	3	3	3	3		24
		P		2	0	2	2	2	2	2	2		14
	b. Mengajar terbimbing												
	1) Praktik Mengajar	R		4									4
		P		6									6
	3) Pendampingan teman mengajar	R		4									4
		P		6									6
	c. Mengajar Mandiri												
	1) Praktik Mengajar	R			9	9	9	9	9	9	9		63
		P			0	3	9	9	9	3	7.5	3	43.5
	3) pendampingan teman mengajar	R			9	9	9	9	9	9	9		63
		P			0	1	3	3	3	1	2	1	14
5.	Pembelajaran Ekstrakurikuler												
	(Kegiatan Nonmengajar)												
	a. Ekstrakurikuler												
	1) Bola Basket	R		4	4	4	4	4	4	4	4		32
		P		4	0	2	4	4	4	2	2	2	24
	2) Tapak suci	R							2				2
		P							2				2
	b. Kegiatan yang berkaitan dengan Prodi												
	1) bulutangkis guru dan karyawan	R		3	3	3	3	3	3	3	3		24
		P		3	3	3	3	3	3				18
	2) monev DPL	R	1	1			1				1		4
		P	1	0			1				1		3
6	Kegiatan Sekolah												
	a. Upacara Bendera	R		1		1							2
		P		1		1			1				3
	b. Apel pagi	R		1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	13.5
		P		1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5		12
	c. Pengajian ahad pagi	R				3					3		6
		P				3					3		6

7	Kegiatan Insidental												
	a. Pelantikan HW dan IPM			8									8
	a. Akreditasi	P			4								4
	b. Ulangan Tengah Semester	P			40								40
	c. Koreksi UTS	P				8							8
	d. Rekap nilai UTS	P				2							2
	e. Pengajian ranting muhammadiyah	P		2									2
	g. Pemutaran film G30SPKI	P		2									2
	h. Penyuluhan reptil	p		2									2
8	Pembuatan Laporan PLT	R										12	12
		P										12	12
JUMLAH JAM		R	5	42.5	40.5	41.5	41.5	40.5	42.5	40.5	44.5	0	356.5
		P	6	59.5	48.5	37	34.5	33.5	36.5	17	23	25	319.5

Mengetahui/ Menyetujui,

Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 1
Prambanan, Klaten



Drs. Sukardi
NBM. 700.506

Dosen Pembimbing PLT



Tri Ani Hastuti, S.Pd.,M.Pd
NIP. 197209042001122001

Mahasiswa PLT



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037



**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

CATATAN HARIAN PLT

TAHUN:2017

NAMA MAHASISWA : TEGUH IMAM SANTOSO
NO. MAHASISWA : 14601241037
FAK/JUR/PR.STUDI : FIK

NAMA SEKOLAH : SMK MUH. 1 PRAMBANAN KLATEN
ALAMAT SEKOLAH : JALAN PERKUTUT 6, TLOGO,
PRAMBANAN, KLATEN

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
1.	Jumat, 15 September 2017	08.00 – 09.00	Observasi	<u>Hasil Kualitatif</u> : melakukan peninjauan sebelum pelaksanaan PLT dimulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 3 guru pamong dan 6 orang mahasiswa PLT UNY	
2.	Sabtu, 16 September 2017	07.30 – 09.00	Penerjunan PLT	<u>Hasil Kualitatif</u> : Diterjunkannya mahasiswa PLT UNY ke SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten dan diterima oleh Bapak Kepala sekolah <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang DPL, 6 orang mahasiswa PLT, 3 guru	

3.	Senin, 18 September 2017	09.00 – 15.00	Konsultasi dengan guru pamong	<p>pamong dan 2 orang staff</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mahasiswa dapat mengetahui mata pelajaran yang akan diampu dan mengetahui hal-hal yang harus dipersiapkan sebelum mulai mengajar di kelas.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 3 guru pamong dan 6 orang mahasiswa PLT UNY</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		07.00 – 07.30	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mengikuti pelaksanaan upacara bendera yang diadakan setiap hari senin minggu pertama dan setiap tanggal 17 serta pada setiap perayaan hari besar.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 6 orang mahasiswa PLT UNY, seluruh siswa kelas X, XI, dan XII beserta 20 guru dan staff SMK Muhammadiyah 1</p>	

4.	Selasa, 19 September 2017	07.30 – 08.50	Mengamati cara mengajar guru pamong	<p>Prambanan Klaten</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mendampingi mengajar materi sepak bola</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 30 siswa kelas X Administrasi Perkantoran</p>	
		08.50 – 10.10	Mengamati cara mengajar guru pamong	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mengajarkan materi sepak bola (Passing kaki bagian dalam)</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 29 siswa kelas X Farmasi</p>	
		10.30 – 12.00	Konsultasi dengan Guru Pamong	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : diperoleh pemberian Silabus dan Pembagian Kelas Mengajar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
		12.00 – 15.00	Menjaga Piket	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru yang sedang piket</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru piket</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p>	

5.	Rabu, 20 September 2017	07.00 – 08.30	Mengamati cara mengajar guru pamong	<u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan <u>Hasil Kualitatif</u> : Mendampingi mengajar materi sepak bola <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 26 siswa kelas XII Keuangan	
		08.30 – 10.00	Mengamati cara mengajar guru pamong	<u>Hasil Kualitatif</u> : Mendampingi mengajar materi sepak bola <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 26 siswa kelas XI Farmasi	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai	
		07.00 – 08.30	Pengajaran Terbimbing Kelas XII Administrasi	<u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan <u>Hasil Kualitatif</u> : Mengajarkan materi sepak bola (Passing kaki bagian dalam) <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 29	

6.	Jumat, 22 September 2017	08.30-10.00	Pendampingan Mengajar Teman Sejawat	siswa kelas X Farmasi <u>Hasil Kualitatif</u> : Mendampingi mengajar materi sepak bola <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 26 siswa kelas XII Keuangan	
		13.40 – 14.25	Menggantikan mengajar kelas XII TKJ materi Bimbingan Konseling	<u>Hasil Kualitatif</u> : Memberi motivasi dan gambaran kepada siswa seputar dunia perkuliahan <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PLT dan 16 siswa kelas XII Teknik Komputer dan Jaringan	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		07.00 – 08.30	Mengikuti Kegiatan Jumat Bersih	<u>Hasil Kualitatif</u> : kerjabakti membersihkan lingkungan sekolah dan lingkungan sekitar sekolah terkait persiapan akreditasi sekolah. <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti	

7.	Sabtu, 23 September 2017	11.30 – 13.00	Sholat Jumat	<p>oleh 6 orang mahasiswa PLT dan seluruh siswa kelas X, XI, XII serta 26 guru dan staff</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : melaksanakan sholat jum'at di aula sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh siswa dan warga sekolah</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		07.00 – 08.30	Pendampingan Mengajar Teman Sejawat	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mengajarkan materi sepak bola (Passing kaki bagian dalam)</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 29 siswa kelas X Farmasi</p>	
		08.30 – 10.00	Pengajaran Terbimbing Kelas X TKJ	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mengajarkan materi sepak bola (Passing kaki bagian dalam)</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa</p>	

8.	Senin, 25 September 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>PLT, 1 guru pamong dan 29 siswa kelas X Farmasi:</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		07.00 – 12.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa siswa dan 1 guru pengawas</p>	
		13.00 – 17.00	AKREDITASI	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mambatu sebagai fasilitator akreditasi sekolahan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh mahasiswa PLT</p>	
9.	Selasa, 26 September 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	

		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 5</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 16 siswa kelas XI TKJ</p>	
		08.30 – 09.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 3</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 22 siswa kelas XII Farmasi dan 22 siswa kelas XI AD</p>	
		10.00 – 11.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 9</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas X Farmasi dan 16 siswa kelas XI AD</p>	
		13.00 – 14.30	MAKAN SIANG DI BALE ROSO	<p>Hasil Kualitatif : makan bersama dalam rangka perpisangan dengan tim asesor</p> <p>Hasil Kuantatif : diikuti oleh 6 mahasiswa PLT dan</p>	

10.	Rabu, 27 September 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	seluruh gurudan karyawan	
				<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 1 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII TKJ dan 22 siswa kelas X KU	
		10.00 – 11.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 4 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 22 siswa kelas XI TKJ	
		12.00 – 15.00	Berpartisipasi dalam pemutaran film G30SPKI	<u>Hasil Kualitatif</u> : Ikut serta dalam pemutaran film G30SPKI yang diadakan oleh Kodim Prambanan dalam rangka memperingati peristiwa G30SPKI <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 6 orang mahasiswa	

11.	Kamis, 28 September 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	PLT, seluruh siswa kelas X, XI, XII dan 10 guru	
		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 09.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 8 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XI Farmasi dan 16 siswa kelas XI AD	
		10.00 – 11.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 2 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 22 siswa kelas XII Farmasi dan 22 siswa kelas XI AD	
		11.30 – 12.30	Mengawasi Ujian Tengah	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 4 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa	

12.	Jumat, 29 September 2017	06.30 – 06.45	Semester Apel Pagi	PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 22 siswa kelas XI TKJ <u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 1 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII TKJ dan 22 siswa kelas X KU	
		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 09.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 1 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII TKJ dan 22 siswa kelas X KU	
		09.30 – 10.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 4 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD	

13.	Sabtu, 30 September 2017	11.30 – 12.30	Sholat Jumat	<p>dan 22 siswa kelas XI TKJ</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 7</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 22 siswa kelas XII KU dan 22 siswa kelas X Farmasi</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : melaksanakan sholat jum'at di aula sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh siswa dan warga sekolah</p>	
		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 09.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 5</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 16 siswa kelas XI TKJ</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya</p>	

14.	Senin, 02 Oktober 2017	10.00 – 11.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p>Ujian Tengah Semester di ruang 5</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 16 siswa kelas XI TKJ</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 5</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 16 siswa kelas XI TKJ</p>	
		07.00 – 08.00	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 09.30	Mengawasi Ujian Tengah Semester	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 1</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII TKJ dan 22 siswa kelas X KU</p>	
		10.00 – 11.00	Mengawasi Ujian Tengah	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 4</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti</p>	

15.	Selasa, 03 Oktober 2017		Semester	oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII AD dan 16 siswa kelas XI TKJ	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : Membantu guru mengawasi jalannya Ujian Tengah Semester di ruang 1 <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 1 orang mahasiswa PLT, 16 siswa kelas XII TKJ dan 16 siswa kelas X KU	
16.	Rabu, 04 Oktober 2017	07.00 – 13.00	Membantu Mengoreksi Jawaban UTS	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : membantu guru pembimbing mengoreksi Hasil kuantitatif : mengoreksi sebanyak 6 kelas	
		09.00 – 13.00	Membantu Mengoreksi Jawaban UTS	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
				<u>Hasil Kualitatif</u> : Terkoreksinya jawaban UTS	

17.	Kamis, 05 Oktober 2017		Ijin sakit	siswa mata pelajaran Penjasorkes <u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT UNY dan terkoreksinya jawaban kelas X dan XI	
18	Jumat, 06 Oktober 2017		Ijin sakit		
19	Sabtu, 07 Oktober 2017		Ijin sakit		
20.	Senin, 09 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi		
		07.00 - 08.30	Pendampingan pengajaran teman sejawat	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : mendampingi bersama guru pamong saat eman sejawat mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh guru pamong dan 1 mahasiswa PLT	
				Hasil kualitatif : mengajar	

21.	Selasa, 10 Oktober 2017	10.00 – 15.00	Menjaga piket	<p>kelas X farmasi dengan materi lompat jauh</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 29 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>Hasil kualitatif : menjaga dan mendata kehadiran siswa dan guru</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru piket</p>	
		07.00 – 08.30	Mendampingi teman sejawat mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mendampingi mengajar materi lempar lembing</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : Diikuti oleh 2 orang mahasiswa PLT, 1 guru pamong dan 26 siswa kelas X Administrasi</p>	
		10.00 – 11.00	Konsultasi	<p>Hasil kualitatif : mengajar kelas XI farmasi dengan materi lompat jauh</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh</p>	

22.	Rabu, 11 Oktober 2017	11.00 – 12.00	Monev DPL	26 siswa dan 1 mahasiswa PLT Hasil kualitatif : berkonsultasi tentang kendala yang di alami Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 guru pamong dan 1 mahasiswa PLT	
		06.30 – 06.45	Apel pagi	Hasil kualitatif : bimbingan atau monev oleh DPL mengenai matrik dan program. Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 DPL dan 2 Mahasiswa PLT	
		07.00 – 08.30	Mengajar Kelas X AD	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi teman sejawat mengajar	Hasil kualitatif : mengajar kelas XII AD dengan materi lompat jauh Hasil kuantitatif : diikuti oleh 16 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		10.00 – 11.00	Memrancang RPP	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh	

23.	Kamis, 12 Oktober 2017	15.30 – 17.00	ekstrakurikuler	1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : menyicil membuat RPP materi selanjutnya <u>Hasil Kuantitatif</u> : dilakukan oleh 1 mahasiswa	
		07.00 – 12.00	Apel Pagi	 <u>Hasil Kualitatif</u> : membina ekstrakurikuler basket <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 1 mahasiswa dan 1 guru olahraga	
		07.00 – 08.30	Mengajar Kelas	 <u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi teman sejawat mengajar	 <u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII TKJ dengan materi lompat jauh <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 16 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
24.	Jumat, 13 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mendampingi teman sejawat mengajar	 <u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian	

25	Sabtu, 14 Oktober 2017	08.30– 10.00	Mengajar Kelas	<p>motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p> <p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
		06.30 – 06.45	Apel pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI AD dengan materi lompat jauh</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
		07.00 – 09.00	Mendampingi teman sejawat mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30– 10.00	Mengajar Kelas	<p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
26	Senin, 16 Oktober 2017	06.00 - 06.45	Apel Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X TKJ dengan materi</p>	

27	Selasa, 17 oktober 2017	07.00 – 08.30	Mendampingi mengajar	<p>lompat jauh <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 20 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 10.00	Mengajar Kelas	<p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
		10.00 – 15.00	Menjaga piket	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X farmasi dengan materi softball</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 27 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>Hasil kualitatif : menjaga dan mendata kehadiran siswa dan guru</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru piket</p>	
		07.00 – 08.30	Mendampingi mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p>	

28	Rabu, 18 Oktober 2017	08.30 – 10.00	Mengajar Kelas	<u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar <u>Hasil kuantitatif</u> : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		10.00 – 11.00	konsultasi	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI farmasi dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : berkonsultasi tentang materi dan kendala mengajar <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 1 mahasiswa dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII AD dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa	

29	Kamis, 19 Oktober 2017	15.30 – 17.00	Ekstrakurikuler	PLT Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : membina ekstra kurikuler basket Hasil kuantitatif : diikuti oleh 15 siswa, 1 mahasiswa PLT dan 1 guru olahraga	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII TKJ dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 15 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
30	Jum'at, 20 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian	

31	Sabtu, 21 Oktober 2017	08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<p>motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI AD dengan materi softball</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X TKJ dengan materi softball</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 18 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
30	Senin, 23 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1</p>	

31	Selasa, 24 Oktober 2017	07.00 – 08.30	Mendampingi Mengajar	guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X Farmasi dengan bola voli <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 24 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		07.00 – 08.30	Mendampingi Mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI Farmasi dengan	

32	Rabu, 25 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	tolak peluru <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII AD dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
			Ekstrakurikuler	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
33	Kamis, 26 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : membina ekstra kurikuler basket Hasil kuantitatif : diikuti oleh 15 siswa, 1 mahasiswa PLT dan 1 guru olahraga	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	

34	Jum'at, 27 Oktober 2017	08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII TKJ dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 15 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI AD dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
35	Sabtu, 28 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian	

36	Senin, 30 Oktober 2017	07.00 – 08.30	Mengajar kelas	motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X TKJ dengan materi softball <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 18 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mendampingi Mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
37	Selasa, 31 Oktober 2017	08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas X Farmasi dengan bola voli <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 24 siswa dan 1 mahasiswa	

		07.00 – 08.30	Mendampingi Mengajar	PLT <u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI Farmasi dengan tolak peluru <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
38	Rabu, 1 Oktober 2017		Ijin		
39	Kamis, 2 Oktober 2017		Ijin		
40	Jum'at, 3 Oktober 2017		Ijin		
41	Sabtu, 4 Oktober 2017		Ijin		
42	Senin, 6 Oktober 2017		Ijin		
43	Selasa, 7 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi		

44	Rabu, 8 Oktober 2017	07.00 – 08.00	Mendampingi Mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.00 -.09.00	Monev DPL	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas	Hasil kualitatif : bimbingan atau monev oleh DPL mengenai matrik dan program. Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 DPL dan 2 Mahasiswa PLT	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI Farmasi dengan materi diskusi kelas (basket) <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 27 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh	

45	Kamis, 9 Oktober 2017	08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<p>seluruh guru dan karyawan</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII AD dengan materi sepak bola</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p>	
			Ekstrakurikuler	<p>Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong</p>	
		06.30 – 06.45	Apel Pagi	<p>Hasil kualitatif : membina ekstra kurikuler basket</p> <p>Hasil kuantitatif : diikuti oleh 15 siswa, 1 mahasiswa PLT dan 1 guru olahraga</p>	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motivasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XII TKJ dengan materi sepak bola</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 15 siswa dan 1 mahasiswa PLT</p> <p>Hasil kualitatif :</p>	

45	Jum'at, 10 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 08.30	Mengajar kelas	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		08.30 – 10.00	Mendampingi mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : mengajar kelas XI AD dengan materi diskusi kelas (baske) <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 26 siswa dan 1 mahasiswa PLT	
46	Sabtu, 11 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	Hasil kualitatif : mendampingi teman sejawat dalam mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong	
		07.00 – 15.00	Serangkaian kegiatan perlombaan PLT	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan <u>Hasil Kualitatif</u> : acara ini berupa pertandingan badminton dan softball <u>Hasil Kuantitatif</u> :	

30	Senin, 13 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	pertandingan badminton diikuti oleh seluruh guru dan karyawan serta 6 mahasiswa PLT, sedangkan pertandingan softball diikuti 12 kelas dimana setiap kelas mewakili 12 pemain.	
		07.00 – 10.00	Membantu guru pamong mengajar	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motivasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	
		10.00 – 14.00	Persiapan penarikan	Hasil kualitatif : ikut trun serta membantu guru pamong mengajar Hasil kuantitatif : diikuti oleh 2 mahasiswa PLT dan 1 guru pamong <u>Hasil Kualitatif</u> : mempersiapkan hadiah dan kenang-kenangan yang akan diberikan saat penarikan kepada sekolah <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 6 mahasiswa PLT	
31	Selasa, 14 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel Pagi	pertandingan badminton diikuti oleh seluruh guru dan karyawan serta 6 mahasiswa PLT, sedangkan pertandingan softball diikuti 12 kelas dimana setiap kelas mewakili 12 pemain.	
		10.00 – 14.00	Persiapan penarikan	<u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motivasi dan informasi sebelum KBM di mulai <u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan	

32	Rabu, 15 Oktober 2017	06.30 – 06.45	Apel pagi	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : mempersiapkan hadiah dan kenang-kenangan yang akan diberikan penarikan kepada sekolah saat dan mempersiapkan ruangan untuk acara penarikan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 6 mahasiswa PLT</p>	
		07.30 – 09.00	Penarikan mahasiswa PLT	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : pemberian motifasi dan informasi sebelum KBM di mulai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh seluruh guru dan karyawan</p>	
		09.00 – 10.00	Bersih ruangan	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : penarikan mahasiswa PLT oleh DPL tanda kegiatan PLT telah selesai</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh DPL, kepala sekolah, 10 perwakilan guru dan guru pamong, 24 perwakilan siswa dan 6 mahasiswa PLT</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u> : membersihkan aula yang telah digunakan untuk acara penarikan.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> : diikuti oleh 6 mahasiswa PLT</p>	



Universitas Negeri
Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PLT UNY

TAHUN 2017

FO3

Untuk
Mahasiswa

NOMOR LOKASI : K014
NAMA SEKOLAH : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
ALAMAT SEKOLAH : JL. PERKUTUT NO. 6, TLOGO, PRAMBANAN, KLATEN

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	SERAPAN DANA (DALAM RUPIAH)				
			Swadaya/Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kecamatan	Sponsor/ Lembaga lainnya	Jumlah
1.	Penerjunan Mahasiswa PPL	Pembelian bensin dan persiapan PPL		100.000			100.000
2.	Penyusunan Matriks	Pencetakan matrik		5.000			5.000
3.	Observasi Kelas	Pembelian buku dan pulpen		4.000			4000
4.	Penyusunan Laporan Mingguan PPL	Pencetakan laporan mingguan		15.000			15.000

5.	Penyusunan Laporan Dana Pelaksanaan PPL	Pencetakan laporan dana		3.500			3.500
6.	Penyusunan Jadwal Piket	Pencetakan jadwal piket		500			500
7.	Pentuyusunan Jadwal Apel pagi	Pencetakan jadwal apel pagi	1.000				1.000
8.	Penyusunan RPP	Pencetakan RPP beserta lampiran		80.000			80.000
9.	Praktek Mengajar	Pembelian bola tennis untuk pembelajaran softball		40.000			40.000
10.	Lomba perpisahan PLT	Pembelian dan penyewaan perlengkapan	50.000	50.000			100.000
11.	Penghargaan Juara Lomba	Pembelian medali, piala, piagam dan hadiah		600.000			600.000
12.	Acara perpisahan PLT 2017	Pembelian Kenang-kenangan , perlengkapan acara dan konsumsi		436.000			436.000
13.	Penyusunan Laporan PPL	Pencetakan laporan, pembelian CD ROM		133.600			133.600
JUMLAH			51.000	1.447,000			1.408,600

Keterangan: Semua bentuk bantuan dan swadaya dinyatakan/dinilai dalam rupiah menggunakan standar yang berlaku di lokasi setempat

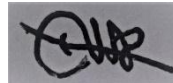
Mengetahui,

Kepala Sekolah



Sukardi, M.Pd
NBM.692.964

Dosen Pembimbing Lapangan



Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd
NIP. 197209042001122001

Ketua Kelompok

Arif Nugroho
NIM. 145202410



KARTU BIMBINGAN PLT
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN 2017

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Alamat Sekolah : Jl. Perhutut No. 6, Tlogo, Prambanan Klaten. Fax./ Telp. Sekolah :
Nama DPL PLT : Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd.
Prodi / Fakultas DPL PLT : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi / FK
Jumlah Mahasiswa PLT : 6 (enam)

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PLT
1	16-9-2017	2	Penyusunan & Koordinasi	diterima di Bkz	
2	17-9-2017	2	Moner Pragma & PKBM	dit. matrik & Ppp	
		2	Moner Pembelajaran		
		2	Penyusunan Laporan		

PERHATIAN :

- Kartu bimbingan PLT ini dibawa oleh mhs PLT (1 kartu utk 1 prodi).
- Kartu bimbingan PLT ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PLT setiap kali bimbingan di lokasi.
- Kartu bimbingan PLT ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PLT untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,
Kepala PP PPL DAN PKL,

Dr. Sulis Triyono, M.Pd
NIP. 19580506 198601 1 001

Mengetahui,
Kepala Sekolah / Lembaga

Kardini, M.Pd
600.606.
























Klaten, 16 November 2017
Ketua Kelompok PLT

Anif Nugroho



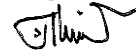
**KALENDER PENDIDIKAN
TAHUN PELAJARAN 2017/2018
SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN**

NO	BULAN	HARI							JUMLAH HARI EFEKTIF	MINGGU KE	KETERANGAN	
		SEN	SEL	RABU	KAM	JUM	SAB	MING				
1	JULI 2017	1	2	3	4	5	6	7			1-8 : Perkiraan PPDB	
		8	9	10	11	12	13	14	15		10 -15 : Libur Semester Genap	
		16	17	18	19	20	21	22	23	3	17: Awal Tahun Pelajaran 2016/2017	
		24	25	26	27	28	29	30	6	1	17-19 : MOS & FORTASI	
		31							1	2		
2	AGUSTUS 2017		1	2	3	4	5	6	5	3	Hari Efektif : 10	
		7	8	9	10	11	12	13	6	4		
		14	15	16	17	18	19	20	5	5	17 : HUT Kemerdekaan RI	
		21	22	23	24	25	26	27	6	6		
		28	29	30	31				4	7		
3	SEPTEMBER 2017						1	2	3		Hari Efektif : 26	
		4	5	6	7	8	9	10	5	8	1 : Libur Idul Adha;2,4 : hari Tasyrik	
		11	12	13	14	15	16	17	6	9	2,4 : Hari Tasyrik	
		18	19	20	21	22	23	24	5	10	5 : Rapat UTS Gasal	
		25	26	27	28	29	30				21 : Libur 1 Muharam 1439 H	
4	OKTOBER 2017										25-30 : Ulangan Tengah Semester Gasal	
											Hari Efektif : 16	
		1	2	3	4	5	6	7	8	4	11	1: Kesaktian Pancasila
		9	10	11	12	13	14	15	6	12	2,3: Jeda Semester Gasal	
		16	17	18	19	20	21	22	6	13	14: Pembagian Hasil UTS	
5	NOVEMBER 2017	23	24	25	26	27	28	29	6	14	28: Hari Sumpah Pemuda	
		30	31						2			
											Hari Efektif : 24	
				1	2	3	4	5	4	15	6: Koordinasi UAS Gasal	
		6	7	8	9	10	11	12	6	16	10: Hari Pahlawan	
6	DESEMBER 2017	13	14	15	16	17	18	19	6	17	27-30: Ulangan Akhir Semester Gasal	
		20	21	22	23	24	25	26	6	18		
		27	28	29	30				4	19		
											Hari Efektif : 26	
						1	2	3	1		1 : Maulid Nabi Muhammad 1439 H	
		4	5	6	7	8	9	10			4 -16: Ulangan Akhir Semester Gasal	
		11	12	13	14	15	16	17			23 : Penyerahan BLHP Semester Gasal	
		18	19	20	21	22	23	24			18-22 : Ulangan Susulan dan persiapan penyerahan BLHP	
		25	26	27	28	29	30	31			25-26: Libur Natal dan Cuti Bersama	
											28: Prakerin Tahap I (2 bulan)	
JUMLAH									103	19	Hari Efektif: 103, Minggu Efektif :19	

	: Masa Orientasi Peserta Didik Baru		: Libur Bulan Ramadhan& Sebelum/ Sesudah Hari Raya Idul
	: Waktu Pembelajaran Efektif		: Libur Hari Raya Idul Fitri
	: Ulangan Tengah Semester		: Jeda Tengah Semester Ganjil/ Genap
	: Mengikuti Upacara Hari Besar Nasional		: Libur Hari Raya Idul Adha
	: Libur Hari Minggu		: Ulangan Akhir Semester/ Ulangan Kenaikan Kelas
	: Libur Umum		: Perkiraan Ujian Nasional
	: Libur Semester Gasal		: Tahun Pelajaran 2016/2017
	: Libur Semester Genap/ Libur Akhir Tahun Pelajaran		: Ujian Sekolah
	: Libur Hari Besar Keagamaan		: Ujian Nasional
	: Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar/ Laporan Hasil Capaian Kompetensi		: Perkiraan PPDB
	: Prakerin		

Prambanan, Juli 2017

Kepala Sekolah



Drs. Sukardi
NBM. 700.506

**JADWAL PELAJARAN SEMESTER GASAL
SMK MUHAMMADIYAH I PRAMBANAN KLATEN
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

	JAM	X KU	X AD	X TKJ	X FAR	XI KU	XI AD	XI TKJ	XI FAR	XII KU	XII AD	XII TKJ	XII FAR
Senin	1	K	M	N	D	C	F	R	O	J	W	H	P
	2	K	M	N	W	C	F	R	O	J	A	H	P
	3	P	R	K	M	C	F	T	D	J	A	H	O
	4	P	G	K	M	B	F	T	W	C	R	H	O
	5	J	G	H	P	B	D	T	W	C	F	R	N
	6	J	G	H	P	B	W	N	R	O	F	K	V
	7	G	P	H	N	B	W	D	R	O	T	K	V
	8	G	F	H	N	D	W	O	V	R	T	P	K
	9	G	F	J				O	V			N	K
	10		W	J									T
Guru Piket : Pitriana, S. Kom													
Selasa	1	T	W	O	K	U	G	H	S	M	E	N	C
	2	T	W	O	K	U	G	H	S	M	E	N	C
	3	S	W	P	R	U	G	H	M	B	E	J	C
	4	S	F	P	W	O	U	K	M	B	C	J	I
	5	B	F	H	P	O	U	K	N	T	C	J	I
	6	B	O	H	P	G	F	K	N	T	C	E	I
	7	B	O	H	S	G	F	U	I	P	R	E	T
	8	J	R	H	S	G	F	U	I	P	L	N	T
	9	J	P		E		F	N	I	T	G	R	S
	10				E			N	I				R
Guru Piket : Drs. Suratmin													
Rabu	1	G	S	P	Q	W	A	U	N	C	M	E	J
	2	G	S	P	Q	B	R	U	N	C	M	E	J
	3	M	F	V	Q	B	R	U	W	C	P	E	J
	4	M	F	V	S	G	O	Q	I	R	P	C	N
	5	V	F	W	S	G	O	Q	I	B	E	C	N
	6	V	F	N	R	G	S	Q	U	B	E	O	W
	7	R	E	N	W	G	S	Q	U	B	V	O	I
	8	B	E	N	J	S	R	P	U	L	V	W	I
	9	B	W	E	J	S		P	R			L	I
	10		W	E				P					R
Guru Piket : Dra. Siti Harjani													
Kamis	1	G	P	N	W	A	C	V	K	B	T	M	R
	2	G	P	Q	W	R	C	V	K	B	O	M	N
	3	K	J	Q	W	R	C	M	T	B	O	P	N
	4	K	J	Q	R	B	V	M	I	W	G	T	L
	5	P	R	Q	O	B	V	W	I	G	F	T	C
	6	P	K	Q	O	B	T	H	I	G	F	N	C
	7	O	K	W	J	P	T	H	Q	G	V	R	I
	8	O	F	W	J	P	T	H	Q	G	V	R	I
	9	W	F	J	I			H	P			V	
	10	W		J	I			R				V	
Guru Piket : Danang Apriadi, S. Kom													
Jumat	1	R	V	Q	S	M	P	K	I	H	J	C	E
	2	R	V	Q	S	M	P	K	I	H	J	C	E
	3	W	B	Q	K	V	M	S	T	H	F	C	E
	4	G	B	W	K	V	M	S	T	E	F	H	R
	5	G	K	W	I	C	F	R	N	E	B	H	S
	6	G	K	W	I	C	F	R	N	E	B	T	S
Guru Piket : Annindra Zulfa, S. Psi													
Sabtu	1	B	T	K	V	W	U	N	I	A	C	H	M
	2	B	T	K	V	W	U	N	I	A	C	H	M
	3	B	F	M	S	T	U	Q	I	V	J	H	E
	4	W	F	M	S	R	T	Q	K	V	J	H	E
	5	W	F	R	S	U	C	Q	K	E	J	H	I
	6	W	L	R	S	U	C	Q	K	E	H	N	I
	7	E	J	R	S	T	F	W	U	V	H	Q	N
	8	E	J	D	I	T	F	W	U	V	H	Q	N
	9	L			I								N
	10												
Guru Piket : Suharni, S. Pd													

Ket : Pemakaian lab umum Program Keahlian AK/AD di Lt. 2, TKJ/Far di Lt. 3

Mengetahui,
Kepala Sekolah



Drs. Sukardi
NBM.700.506

Prambanan, 5 Agustus 2017
Kurikulum,



Nurhayati, S. Pd
NBM. 957.658

Kode Guru:	
A	Drs. Sukardi
B	Nurhayati, S. Pd
C	Wahyu Cahyani Wulan, s. Si
D	Danang Apriadi, S. Pd
E	Ritaningsih, S. Pd.
F	Rumiyati, SE.
G	Septiani Yulian H, SE
H	Ghozali Nur Cahyo, S. Kom
I	Eka Ludiati, S. Far. Apt
J	Dra. Hj. Yuani Aris W
K	Fajar Indriyawati, S. Pd
L	Annindra Zulfa, S. Psi
M	Munir Fathoni, S. Pd
N	Tommy Kembara Primawati, S. Pd
O	Suharni, S. Pd
P	Sulandari, S. Pd.I
Q	Pitriana, S. Kom
R	Aep Saifumilah, S. H
S	Alfian Ayu Wardhani, A. Md. Far
T	Dra. Siti Harjani
U	Drs. Suyoto, M. Pd
V	Drs. Suratmin
W	Sardiyana, S. Pd

JAM PELAJARAN	
0	06.45-07.00
1	07.00-07.45
2	07.45-08.30
3	08.30-09.15
4	09.15-10.00
ISTIRAHAT	
5	10.15-11.00
6	11.00-11.45
ISTIRAHAT	
7	12.10-12.55
8	12.55-13.40
9	13.40-14.25
10	14.25-15.10
JAM PELAJARAN	
KHUSUS HARI JUM'AT	
0	06.45-07.00
1	07.00-07.45
2	07.45-08.30
3	08.30-09.15
4	09.15-10.00
ISTIRAHAT	
5	10.15-11.00
6	11.00-11.45
Shalat Jum'at	

SILABUS

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI/1
Standar Kompetensi : mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kode Kompetensi : 1
Alokasi Waktu : 14 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.1 Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none">Menggunakan formasi, bentuk, dan strategi pola penyerangan 4-2-4 dalam permainan sepak bolaMenggunakan berbagai formasi, bentuk, dan strategi pola pertahanan dalam permainan sepak bola	Sepak Bola <ul style="list-style-type: none">Formasi permainan sepak bola penyerangan W – M atau 4-2-4Formasi pertahanan sepak bola 4-4-2	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan sepak bola yang menekankan pembagian tugas para pemain sesuai posisinya berdasarkan pola W M atau 4 – 2 – 4, merupakan pola yang menempatkan 4 pemain belakang, 2 center back dan 4 pemain depanSetelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan sepak bola yang menekankan pembagian tugas para pemain sesuai posisinya berdasarkan pola 4 – 4 – 2, yang lebih menekankan pada pertahanan, pola ini menempatkan 4 pemain belakang, 4 pemain tengah dan 2 pemain depan.	Tes perbuatan	14			Buku panduan taktik, strategi permainan sepak bola Lapangan sepak bola, gawang, bola, pluit, stop watch, corong

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.2 Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri (**))	<ul style="list-style-type: none">• Menggunakan berbagai formasi, bentuk, dan strategi dalam permainan bola voli• Memperlihatkan nilai pantang menyerah, dan jujur (fair play) dalam permainan	Bola Voli <ul style="list-style-type: none">• Formasi permainan bola voli	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan bola voli yang menekankan pembagian tugas sesuai dengan posisinya. misalnya mempergunakan pola 4 smasher dan 2 set–uper, 4 smasher, 1 set-uper dan 1 libero dan 5 smasher dan 1 set-uper	Tes perbuatan				Buku panduan taktik, strategi permainan bola voli Lapangan bola voli, bola, pluit, stop watch, corong
	<ul style="list-style-type: none">• Menggunakan berbagai formasi, bentuk, dan strategi dalam permainan bola basket• Menerapkan strategi penyerangan• Memperlihatkan nilai pantang menyerah, dan jujur (fair play) dalam permainan	Bola Basket <ul style="list-style-type: none">• Pengintegrasian teknik dalam permainan bola basket	<ul style="list-style-type: none">•	<ul style="list-style-type: none">•	<ul style="list-style-type: none">• Setelah melakukan pemanasan siswa memperagakan permainan bola basket dengan menekankan tugas dan tanggung jawab pemain sesuai dengan posisinya.• Melakukan latihan pola penyerangan 1-2-2 dapat dilihat pada penerapan strategi penyerangan kilat dan penyerangan berpola dengan dasar pokok: ada pengatur serangan pengaman, penembak, pengumpan dan perayah.	Tes perbuatan				Lapangan bola basket, bola, corong, pluit, stop watch

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.2 Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola kecil secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, kerja keras dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none">• Menggunakan berbagai formasi, bentuk, dan strategi dalam permainan softball/baseball• Memperlihatkan nilai pantang menyerah, dan jujur (fair play) dalam permainan	Softball/baseball <ul style="list-style-type: none">• Formasi permainan softball/baseball	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">▪ Setelah melakukan pemanasan siswa memperagakan permainan softball/baseball dengan menekankan tugas dan tanggung jawab pemain sesuai dengan posisinya. Pola penyerangan didukung oleh teknik individu maupun regu antara lain kemahiran memukul, sliding, lari selain itu manager yang akan memberikan arahan pola penyerangan yang digunakan.	Tes perbuatan				Buku panduan taktik, strategi permainan softball/baseball Lapangan soft ball/baseball, bola pluit, stop watch

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.3 Mempraktikkan keterampilan teknik salah satu nomor atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none">Melakukan teknik dalam nomor lompat tinggi gaya guling perut (straddle)	Atletik <ul style="list-style-type: none">nomor lompat tinggi gaya guling perut	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Secara klasikal melakukan pemanasan dengan running ABC dilanjutkan latihan lari kijang untuk meningkatkan daya ledak otot kaki tolakSecara bergantian melakukan latihan lompat tinggi gaya guling perut dari ketinggian yang rendah, kemudian secara bertahap tingginya dinaikkan dengan prosedur: berdiri dengan satu kaki dibelakang kemudian bertolak vertikal, dengan awalan 8 langkah, 4 langkah terakhir harus lebar, 45 – 55 derajat dari mistar, tolakan kaki tumpu harus kuat, setelah mencapai mistar badan digulingkan ke kiri dengan kepala dahulu melewati mistar sedangkan mendarat terlebih dahulu punggung.	Tes perbuatan				Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), Atletik Untuk Sekolah, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Pluit, Matras lompat tinggi, tiang lompat tinggi, mistar, stop watch.

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
	<ul style="list-style-type: none">Melakukan teknik nomor tolak peluru gaya menyamping	Atletik <ul style="list-style-type: none">Nomor tolak peluru	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">Secara klasikal melakukan pemanasan running ABC dilanjutkan pengenalan tolak peluru mulai cara memegang, latihan power lengan mendorong peluru kearah atasSecara bergantian siswa berlatih menolak peluru gaya menyamping tanpa awalan dengan cara; memegang peluru di pangkal jari dengan tiga jari dibelakang, peluru diletakkan dekat leher siku diangkat sejajar bahu, menolak peluru dengan meluruskan sikut diikuti diluruskan badan sebagai daya dorong.Secara bergantian siswa berlatih menolak peluru dengan awalan	Tes perbuatan				Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), Atletik Untuk Sekolah, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Bak pasir, meteran, pluit, bubuk kapur, bendera kecul

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.4 Mempraktikkan keterampilan teknik penyerangan salah satu permainan olahraga bela diri serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai orang lain, kerja keras dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan teknik penyerangan dengan menggunakan tangan• Melakukan teknik menghindar dari serangan dengan menggunakan tangan• Melakukan gerakan serang hindar secara berpasangan	Pencak Silat <ul style="list-style-type: none">• Teknik serangan tangan	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan pemanasan secara klasikal• Berlatih secara klasikal berbagai teknik pukulan menggunakan kepala tangan, telapak tangan, dan sikut• Berpasangan berlatih pukulan dan teknik menghindar menggunakan tangan, terdiri dari pukulan depan lintasan lurus, dibantu pergerakan bahu putaran pinggang, pukulan sangkol/bandul dengan posisi tangan ditekuk 90 derajat, lintasan dari ayunan bawah, pukulan lingkaran lintasannya dari samping luar ke dalam tubuh, pukulan samping menggunakan punggung tangan.• Berpasangan melakukan latihan gerak serang dan hindar.	Tes perbuatan				Panduan berlatih bela diri Stop watch, pluit, target pukulan, body protector

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengukurannya, nilai nilai yang terkandung di dalamnya
Kode Kompetensi : 2
Alokasi Waktu : 6 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar			
							TM	PS	PI				
2.1 Mempraktikkan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">Melakukan berbagai bentuk latihan kelincahan	Latihan Kebugaran Jasmani: <ul style="list-style-type: none">KelincahanExplosive power	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah melakukan pemanasan siswa secara bergantian berlatih untuk meningkatkan kelincahan dengan lari bolak-balik, lari zig-zag, lari membuat angka delapanMelakukan latihan naik turun tangga selama 5-8 menit untuk meningkatkan tenaga ledak secara berkelompok.	Tes perbuatan Tes TKJI (tes kesegaran Jasmani Indonesia) untuk siswa SMA	4			Buku Sumber Ketahuilah tingkat kebugaran jasmani anda, Pusat Kesegaran Jasmani, Depdiknas, Senayan Jakarta Stop watch, pluit,			
	<ul style="list-style-type: none">Melakukan berbagai bentuk latihan tenaga ledak												
	<ul style="list-style-type: none">Melakukan berbagai bentuk latihan kekuatan										<ul style="list-style-type: none">Kecepatan:Kekuatan otot	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
					dengan bentuk latihan push up, perut dengan sit up, bahu dengan pull up, secara bergantian.					
	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan berbagai bentuk latihan ketepatan.• Melakukan berbagai bentuk latihan daya tahan	<ul style="list-style-type: none">• Ketepatan• Daya tahan kerja jantung	<ul style="list-style-type: none">•	<ul style="list-style-type: none">•	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan latihan untuk meningkatkan ketepatan dengan cara melempar bola ke arah lobang ban mobil yang digantung secara bergantian.• Melakukan latihan untuk meningkatkan daya tahan dengan cara lari piramid mulai dari jarak 400M, 500M, 600M, 500M, 400M secara berkelompok	Tes perbuatan Tes TKJI(tes kesegaran Jasmani Indonesia) untuk siswa SMA				<i>Buku Sumber Ketahuilah tingkat kebugaran jasmani anda, Pusat Kesegaran Jasmani, Depdiknas, Senayan Jakarta</i> <i>Stop watch, pluit,</i>
2.2 Mempraktikkan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">• Menerapkan konsep dasar tes dan pengukuran kebugaran jasmani• Mengukur kelincahan• Mengukur kekuatan• Mengukur daya tahan• Mengukur kecepatan• Mengukur kelentukan	<ul style="list-style-type: none">•	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok siswa berlatih mengukur kelincahan, ketepatan, kekuatan, kecepatan, kelentukan• Melaporkan hasil pengukuran dalam laporan kelompok	Tes perbuatan Tes TKJI (tes kesegaran Jasmani Indonesia) untuk siswa SMA	2			Panduan peningkatan kebugaran jasmani Stop watch, pluit,

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kode Kompetensi : 3
Alokasi Waktu : 6 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
3.1 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Melakukan rangkaian senam lantai berguling ke depan dilanjutkan lenting tengkuk diatas peti lompat	<ul style="list-style-type: none">Rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat.	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Secara bergantian siswa melakukan latihan berguling depan dan belakang dilanjutkan latihan lenting tengkuk diatas peti dengan mengutamakan keselamatan	Tes perbuatan	4			Buku sumber pendidikan jasmani kelas X SMA, Agus Mukholid, Yudhistira, Surakarta, 2004 Matras , Stop watch, pluit,

3.2 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Melakukan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat	<ul style="list-style-type: none">Rangkaian senam lantai tanpa alat	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Melakukan latihan berguling depan dan belakang dilanjutkan latihan lenting tengkuk dengan mengutamakan keselamatan	Tes perbuatan	2				
--	---	---	---	--	--	---------------	---	--	--	--	--

Kompetensi Dasar		Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
								TM	PS	PI	
4.1	Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan dan estetika	<ul style="list-style-type: none">Merangkai gerakan senam aerobik secara berkelompok	Senam <ul style="list-style-type: none">Senam aerobik tanpa alat,	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Berlatih gerakan lengan, langkah pada keterampilan senam aerobik tanpa alat secara berkelompok, senam aerobik secara umum dibagi dua yaitu low imfact aerobik adalah gerakan yang kaki pelaku tidak pernah meninggalkan lantai, sedangkan high imfact aerobik adalah gerakan banyak lompat, jingkrak dan macam-macam lari meninggalkan lantai. <ul style="list-style-type: none">Berlatih merangkai gerak senam aerobik tanpa alat secara berkelompok terdiri dari: satu langkah kanan atau kiri, dua langkah kanan atau kiri, satu langkah ke depan dan ke belakang, dua langkah ke depan dan ke belakang.	Tes perbuatan	4			Buku sumber pendidikan jasmani kelas X SMA, Agus Mukholid, Yudhistira, Surakarta, 2004 Matras , Stop watch, pluit, kaset senam aerobic

4.2	Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai disiplin, toleransi, kerja sama, keluwesan dan estetika	<ul style="list-style-type: none">Merangkai gerakan senam aerobik dengan menggunakan alat sederhana secara berkelompok.	<ul style="list-style-type: none">Senam aerobik menggunakan alat	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Berlatih gerakan lengan, langkah pada keterampilan senam aerobik menggunakan alat secara berkelompokBerlatih merangkai gerak senam aerobik menggunakan alat secara berkelompok	Tes perbuatan	2			<p>Buku sumber pendidikan jasmani kelas X SMA, Agus Mukholid, Yudhistira, Surakarta, 2004</p> <p>Matras , Stop watch, pluit, kaset senam aerobik</p>
-----	--	---	--	---	--	---	---------------	---	--	--	--

Alokasi Waktu : 6 Jam Pelajaran

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan salah satu gaya renang dan loncat indah dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya*)
Kode Kompetensi : 5
Alokasi Waktu : 4 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.1 Mempraktikkan keterampilan renang gaya samping untuk pertolongan serta nilai disiplin, keberanian, kerja sama, dan kerja keras	<ul style="list-style-type: none">Melakukan gerakan renang water trapenMelakukan keterampilan renang pertolongan dengan menggunakan gaya bebas	Renang pertolongan	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Secara bergantian berlatih gerakan renang water trapenBerlatih renang pertolongan dengan menggunakan gaya bebas Penyelamatan di air merupakan keterampilan renang lanjutan, sebagai syarat utama bahwa penyelamat harus menguasai betul berbagai teknik renang. Cara memegang korban dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan, berusaha dari belakang korban dan yang paling penting harus menghindar dari cengkeraman korban yang panik dan meronta-ronta karena ketakutan	Tes perbuatan	2			Buku sumber Belajar Berenang (You Can Swim), David Haller, Pioner, Bandung, 1982 Kolam renang, pluit, stop watch, pelampung, kaca mata renang

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.2 Melakukan keterampilan loncat indah dari papan satu meter dengan teknik serta nilai disiplin, keberanian dan kerja keras	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan loncat indah dari posisi berdiri di pinggir kolam• Melakukan keterampilan loncat indah dari ketinggian satu meter mendarat dengan kedua kaki rapat• Melakukan keterampilan loncat indah dari satu meter mendarat dengan kedua lengan lurus rapat	Loncat indah	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Berlatih secara bergantian siswa melakukan loncat indah dari pinggir kolam dengan gaya paku, berdiri di pinggir kolam, kedua lengan diayunkan ke atas depan ketika mengangkat satu kaki, saat kedua lengan diturunkan diikuti kaki rapat lutut ditekuk, kemudian ayunkan kembali kedua lengan ke depan bersamaan lutut diluruskan, ketika melompat diatas poisisi badan lurus, kaki rapat dan kedua lengan rapat disamping badan.• Berlatih secara bergantian siswa melakukan keterampilan loncat indah dari ketinggian satu meter mendarat dengan kedua kaki rapat lurus• Berlatih secara bergantian siswa melakukan keterampilan loncat indah dari ketinggian satu meter mendarat dengan kedua lengan lurus rapat	Tes perbuatan	2			

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI/1
Standar Kompetensi : Menerapkan budaya hidup sehat
Kode Kompetensi : 6
Alokasi Waktu : 4 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
6.1 Memahami bahaya HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">• Mendefinisikan pengertian HIV/AIDS• Mengidentifikasi ikan bahaya yang diakibatkan oleh penularan virus HIV/AIDS	Bahaya HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidup sehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• Rasa Ingin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah dibagi kelompok diberikan tugas untuk mencari informasi tentang HIV/AIDS• Mendiskusikan hasil perolehan informasi tentang bahaya yang diakibatkan oleh HIV/AIDSgejalanya 5-10 tahun baru diketemukan, demam dalam waktu lama, BB menurun jauh, sesak nafas dan batuk, pembesaran kelenjar di leher dan pangkal paha, diare hebat, infeksi yang tak lazim bagi manusia, dan diakhiri dengan kematian	Tes tertulis	2			Panduan tentang HIV/AIDS

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
6.2 Memahami cara penularan HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">• Mengklasifikasi kan faktor-faktor penyebab penularan HIV/AIDS• Menjelaskan cara penularan HIV/AIDS	Cara penularan HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah dibagi kelompok diberikan tugas untuk mengklasifikasikan penyebab penularan virus HIV/AIDS menurut Prof. Luc Montagnier hubungan seksual homoseksual, heteroseksual maupun oral seks bisa menular AIDS/HIV, virus ini hanya membutuhkan sekali saja untuk kontak dengan penderita• Mendiskusikan hasil perolehan informasi tentang penyebab penulaan HIV/AID	Tes tertulis	1			

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
6.3 Memahami cara menghindari penularan HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">Mengidentifikasi cara menghindari penularan HIV/AIDS	Cara menghindari penularan HIV/AIDS	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah dibagi kelompok diberikan tugas: cara menghindari penularan HIV/AIDS yaitu: Taat beragama, hindarkan hubungan seksual dengan kelompok risiko tinggi seperti pelacur, homoseks, penyalahguna Narkoba, jangan gunakan alat cukur, sikat gigi dan pemotong kuku milik orang lain, karena mungkin alat itu mengandung butir-butir darah penderita AIDSMendiskusikan hasil perolehan informasi tentang bahaya yang diakibatkan oleh HIV/AIDS	Tes Tertulis	1			Panduan tentang HIV/AIDS

Mengetahui,
Kepala
SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN

(Drs. Sukardi)
NBM : 700.506

Prambanan

GMP PJOK

(Munir fathoni, S.Pd)
NBM :

SILABUS

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kode Kompetensi : 1
Alokasi Waktu : 8 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar lanjutan dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none">Menggunakan berbagai variasi, bentuk, dan strategi penyerangan dalam permainan sepak bolaMenggunakan berbagai variasi, bentuk, dan strategi pertahanan dalam permainan sepak bola	Permainan sepak bola <ul style="list-style-type: none">taktik pola penyeranganTaktik pertahanan	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan sepak bola yang menekankan pembagian tugas para pemain sesuai posisinya berdasarkan pola penyerangan 4-2-4, pergantian pemain penyerang yang selalu dijaga oleh lawan, menipu dan menerobos ke pertahanan lawan dengan umpan satu – dua (wall pass)Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan sepak bola yang menekankan pembagian tugas para pemain sesuai posisinya berdasarkan pola pertahanan 5-3-2, pemain belakang dan tengah harus mengamankan daerahnya masing-masing dan man to man marking.	Tes perbuatan	8			Panduan belajar bermain sepak bola Lapangan sepak bola, bola corong, pluit, stop watch

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
	<ul style="list-style-type: none">• Menggunakan berbagai variasi, bentuk, dan strategi dalam permainan bola voli• Mengaplikasikan nilai kerja sama kelompok, pantang menyerah, dan fair play dalam permainan	Permainan bola voli <ul style="list-style-type: none">• Taktik pertahanan	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan bola voli yang menekankan pembagian tugas sesuai posisinya dengan mempergunakan pola 4 smasher dan 2 set–uper, 4 smasher, 1 set-uper dan 1 libero dan 5 smasher dan 1 set-uper, ada tiga: terhadap servis, terhadap smash dan pertahanan terhadap pantulan block lawan (cover of smash near the net)	Tes perbuatan				Panduan belajar bermain Bola voli Lapangan Bola Voli, bola corong, pluit, stop watch, net

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
	<ul style="list-style-type: none">• Menggunakan berbagai variasi, bentuk, dan strategi dalam permainan bola basket• Mengaplikasikan nilai kerja sama kelompok, pantang menyerah, dan fair play dalam permainan	<ul style="list-style-type: none">• Dasar penyerangan Permainan bola basket ada pengatur serangan, pengaman, penembak, pengumpan dan perayah.• Dasar pertahanan ada dua pertahanan daerah (zone deffence) dan pertahanan satu lawan satu	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah dibagi menjadi beberapa kelompok siswa melakukan permainan bola basket yang menekankan pembagian tugas sesuai posisinya dengan menggunakan pola penyerangan 1-2-2, 2-3 dan pertahanan 3-2, man to man,					

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.2 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola kecil dengan peraturan yang dimodifikaserta nilai kerjasama, kejujuran, toeleransi, kerja keras dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none">• Memukul bola/suttlechok.	<ul style="list-style-type: none">• Permainan bulu tangkis.	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Melalui permainan bulutangkis siswa melakukan latihan berbagai macam pukulan yang biasanya dipergunakan dalam permainan bulutangkis, Teknik pukulan (strokes) secara garis besar terdiri dari Pukulan bawah meliputi: servis (panjang, pendek dan flik servis). Pukulan dari atas kepala (over head strokes) terdiri dari: overhead lob, overhead smash, chopped, dropshot dan around the head clears. Pukulan mendatar atau menyamping terdiri dari: Lob/clear, drive, dropshot dan netting.	Tes perbuatan				Buku sumber: Heman Subarjah, (2001), Pendekatan Keterampilan dalam Pembelajaran Bulutangkis, Jakarta : DIRJEN. DIKDASMEN DAN OLAHRAGA Alat : raket, Lapangan bulu tangkis, net bola/suttlecho k, stop watch, pluit

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.3. Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnyaerta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan keterampilan lari estafet 4 X 100m dan 4 X 400m• Melakukan keterampilan lompat jangkit .	<ul style="list-style-type: none">▪ Atletik nomor lari estafet 4 X 100 meter dan 4 X 400 meter.▪ Lompat jangkit sering juga disebut juga lompat tiga yaitu jingkat (hop), langkah(step) dan Lompat (jump)	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">▪ Secara klasikal melakukan pemanasan dengan running ABC dilanjutkan latihan lari kijang untuk meningkatkan daya ledak otot kaki▪ Berlatih lari estafet dengan 4 X 25, 4 X 50 dan 4 X 100 dan 4 X 400 meter▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama jingkat▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama langkah.▪ Secara bergantian siswa melakukan latihan irama lompat▪ Secara bergantian siswa melakukan kombinasi latihan irama jingkat, langkah dan lompat	Tes perbuatan				Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), Atletik Untuk Sekolah, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Alat: 10 tongkat estafet, stop watch, pluit, meteran, lapangan lompat jangkit / lompat jauh, bendera

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
1.4 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bela diri secara berpasangan dengan peraturan yang sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai lawan, kerja keras, percaya diri dan menerima kekalahan**)	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan teknik serang dan tangkisan secara berpasangan dalam pertandingan bela diri• Melakukan tekknik pukulan dengan baik• Mengaplikasikan nilai kerja sama kelompok, pantang menyerah	Pencak Silat <ul style="list-style-type: none">• Teknik pukulan dengan baik.• Teknik tendangan	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Secara klasikal berlatih teknik menendang dengan kaki seperti: samping, tendangan T.• Secara bergantian siswa melakukan teknik menghindari dari serangan lawan• Melakukan teknik serang dan tangkisan secara berpasangan dalam pertandingan bela diri• Melakukan tekknik pukulan dengan baik dalam bela diri pencak silat seperti lurus mendatar dengan sasaran dada dan wajah	Tes perbuatan				Panduan belajar bela diri Target, body protektor, pluit, stop watch

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII/1
Standar Kompetensi :Mempraktikkan perancangan aktivitas pengembangan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran jasmani
Kode Kompetensi : 2
Alokasi Waktu : 4 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar		Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
								TM	PS	PI	
2.1	Merancang program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">Mengidentifikasi jenis latihan kebugaran yang sesuai kebutuhanMerencanakan program latihan fisik jangka pendek untuk pemeliharaan kebugaran jasmani	Pemeliharaan kebugaran jasmani <ul style="list-style-type: none">Merancang Program latihan fisik jangka pendek	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah dibagi kelompok siswa diberikan tugas untuk membuat program latihan jangka pendek yang bertujuan pemeliharaan kebugaran jasmani yaitu untuk satu sesi latihan jogging yaitu: pemanasan 10 menit atau 60% dari THR denyut nadi : 115 detak/menit, bentuknya lari-lari kecil, peregangan dan kalestenik. Kondisioning 30 menit atau 75%- 85% dari THR (Training Heart Rate)= 144 – 164 detak/menit. Pendinginan 5 menit atau detak jantung kembali normal. Selanjutnya minum air putih.	Tes perbuatan	2			Pedoman praktis berolahraga untuk kebugaran dan kesehatan, Djoko Pekik Irianto, Penerbit Andi, Yogyakarta , 2004 Pluit, stop watch,

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
2.2 Melaksanak an program latihan fisik sesuai dengan prinsip- prinsip latihan yang benar serta nilai tanggungjawa b, disiplin, dan percaya diri	▪ Melaksanakan program latihan fisik jangka pendek secara berkelompok dengan mengaplikasikan nilai tanggung jawab, disiplin dan percaya diri	Program Latihan • Program latihan fisik jangka pendek	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidupsehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• RasaIngin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	▪ Setelah menyelesaikan tugas membuat program jangka pendek, secara berkelompok siswa melaksanakan program latihan jangka pendek yang bertujuan pemeliharaan kebugaran jasmani yaitu untuk satu sesi latihan jogging yaitu: pemanasan 10 menit atau 60% dari THR denyut nadi : 115 detak/menit, bentuknya lari-lari kecil, peregangan dan kalestenik. Kondisioning 30 menit atau 75%- 85% dari THR (Training Heart Rate)= 144 – 164 detak/menit. Pendinginan 5 menit atau detak jantung kembali normal. Selanjutnya minum air putih.	Tes perbuatan	2			Pedoman praktis berolahraga untuk kebugaran dan kesehatan, Djoko Pekik Irianto, Penerbit Andi, Yogyakarta , 2004 Pluit, stop watch,

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsep yang benar dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya
Kode Kompetensi : 3
Alokasi Waktu :4 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar		Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
								TM	PS	PI	
3.1	Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Melakukan gerakan salto ke depan	Senam lantai <ul style="list-style-type: none">Salto	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawabKerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah melakukan pemanasan yang menekan gerakan peregangan terutama otot – otot lengan, togok dan tungkai.Latihan 1 untuk awalan lari-lari kecil dan melompat dua kakiLatihan 2 melompat setinggi mungkin melakukan roll depan diudara dan mendarat kedua tangan diikuti punggung dan kakiLatihan 3 menggunakan tali yang diikat dipinggang dibantu dua siswa untuk melakukan salto di atas peti.Latihan 4 melakukan salto di atas peti dengan bantuan orang menangkap tengkuk dan membantu mengguling badan ke depan, urutan gerakannya awalan dengan lari-lari kecil, tolakan, badan berputar diudara dan mendarat	Tes perbuatan	2			Buku sumber Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMU kelas 1, Muhajir, Erlangga, Bandung, 1996 Pluit, stop watch, matras

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
	<ul style="list-style-type: none">Melakukan senam lantai meroda atau Radslag atau Cart whell	<ul style="list-style-type: none">Meroda	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawabKerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah melakukan pemanasan yang menekan gerakan peregangan terutama otot – otot lengan, togok dan tungkai, siswa melakukan latihan diawali dengan:Dari sikap hand stand dengan dibantu teman mengangkat satu tangan dalam 1 dan 2 hitungan yang dilakukan secara bergantian tanganDari sikap hand stands, kaki dibuka lebar/kangkang dengan perlahan jatuhkan kaki ke samping, pembantu memegang pinggangDengan bantuan sikap tegak kaki kangkang, lakukan hand stand ke samping (kaki tetap kangkang) jatuh ke samping, pembantu memegang panggul pinggang, gerakan ke samping, bertumpu dengan dua tangan kaki dibuka lebar dan mendarat dengan kaki satu per satu, dapat dilakukan ke kanan dan ke kiri.	Tes perbuatan				Buku sumber Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMU kelas 1, Muhajir, Erlangga, Bandung, 1996 Pluit, stop watch, matras

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
3.2. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, dan menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Melakukan rangkaian senam ketangkasan membentuk formasi segitiga	<ul style="list-style-type: none">Kombinasi senam ketangkasan	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawabKerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah melakukan peregangannya seluruh persendian dilanjutkan dengan latihan secara berpasangan, satu orang tidur kaki rapat lutut dibengkokkan, yang lain memegang kedua tangannya kemudian diangkat sehingga terjadi lentingan badan, dilakukan secara bergantian hingga semua siswa melakukannyaSecara perorangan dilatih kekuatan dan powerSetelah dirasa cukup kuat fisiknya, maka dilanjutkan siswa berlatih secara kelompok untuk membentuk formasi segi tiga	Tes perbuatan	2			Panduan senam lantai Pluit, stop watch, matras

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama berbentuk aktivitas aerobik secara beregu dengan diiringi musik dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya
Kode Kompetensi : 4
Alokasi Waktu : 6 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
4.1. Mempraktik kan keterampilan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan, dan estetika	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian (minimal 8 macam gerakan) senam aerobik dengan menerapkan nilai percaya diri, tanggung jawab, kerja sama dan menghargai teman• Menyebutkan manfaat senam aerobik terhadap kesehatan	Senam aerobik <ul style="list-style-type: none">• Penyesuaian musik dengan gerakan senam aerobik	<ul style="list-style-type: none">• Bergaya hidup sehat,• Kerja keras,• Disiplin,• Jujur,• Percaya diri,• Mandiri• Menghargai orang lain• Menghargai prestasi orang lain• Kerjasama• Semangat Toleransi,• Berani	<ul style="list-style-type: none">• Mandiri• Kreatif• Berani mengambil risiko• Berorientasi pada tindakan• Kepemimpinan• Kerja keras• Jujur• Disiplin• Inovatif• Tanggung jawab• Kerjasama• Pantang menyerah• Komitmen• Realistis• Rasa Ingin tahu• Komunikatif• Motivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">• Setelah pemanasan siswa dibagi dalam beberapa kelompok untuk melakukan latihan merangkai gerak senam aerobik melalui media elektronik. macam–macam gerakan pada senam aerobik secara umum terdiri dari: satu langkah kanan atau kiri, dua langkah kanan atau kiri, satu langkah ke depan dan ke belakang, dua langkah ke depan dan ke belakang.• Mendiskusikan segala sesuatu yang berkaitan dengan senam aerobik	Tes perbuatan	2			Panduan senam aerobik Pluit, stop watch, kaset aerobik. Tape recorder, VCD player

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
4.2 Mempraktikkan keterampilan menyelaraskan antara gerakan dan irama dengan iringan musik serta nilai kerjasama, disiplin, percaya diri, keluwesan, dan estetika	<ul style="list-style-type: none">Melakukan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian (minimal 8 macam gerakan) senam aerobik sesuai iringan musik dengan menerapkan nilai percaya diri, tanggung jawab dan menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Kombinasi gerak senam aerobik	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidupsehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawab KerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasaIngin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Setelah pemanasan siswa dibagi dalam beberapa kelompok untuk melakukan latihan merangkai gerak senam aerobik melalui media elektronik. Macam–macam gerakan pada senam aerobik secara umum terdiri dari: satu langkah kanan atau kiri, dua langkah kanan atau kiri, satu langkah ke depan dan ke belakang, dua langkah ke depan dan ke belakang.	Tes perbuatan	4			<p>Panduan senam aerobik</p> <p>Pluit, stop watch, kaset aerobik. Tape recorder, VCD player</p>

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII/1
Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai gaya renang dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya*)
Kode Kompetensi : 5
Alokasi Waktu : 2 Jam Pelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.1 Mempraktikkan keterampilan renang gaya dada lanjutan serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	• Melakukan keterampilan renang gaya dada dengan jarak minimal 25 meter serta menerapkan nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	• Renang gaya dada 25 meter	• Bergaya hidup sehat, • Kerja keras, • Disiplin, • Jujur, • Percaya diri, • Mandiri • Menghargai orang lain • Menghargai prestasi orang lain • Kerjasama • Semangat Toleransi, • Berani	• Mandiri • Kreatif • Berani mengambil risiko • Berorientasi pada tindakan • Kepemimpinan • Kerja keras • Jujur • Disiplin • Inovatif • Tanggung jawab Kerjasama • Pantang menyerah • Komitmen • Realistis • Rasa Ingin tahu • Komunikatif • Motivasi kuat untuk sukses	• Secara bergantian siswa berlatih renang gaya dada mulai dari jarak 10 meter s/d 25 meter	Tes perbuatan			2 (8)	Panduan belajar renang Pluit, stop watch, pelampung, kaca mata renang

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.2 Mempraktikkan keterampilan renang gaya bebas lanjutan serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	<ul style="list-style-type: none">Melakukan keterampilan renang gaya bebas dengan jarak minimal 25 meter serta menerapkan nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	<ul style="list-style-type: none">Renang gaya bebas 25 meter	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawabKerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Secara bergantian siswa berlatih renang gaya bebas mulai dari jarak 10 meter s/d 25 meter	Tes perbuatan				Panduan belajar renang Pluit, stop watch, pelampung, kaca mata renang

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.3 Mempraktikkan keterampilan renang gaya punggung lanjutan serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	<ul style="list-style-type: none">Melakukan keterampilan renang gaya punggung dengan jarak minimal 25 meter serta menerapkan nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	<ul style="list-style-type: none">Renang gaya punggung 25 meter	<ul style="list-style-type: none">Bergaya hidup sehat,Kerja keras,Disiplin,Jujur,Percaya diri,MandiriMenghargai orang lainMenghargai prestasi orang lainKerjasamaSemangat Toleransi,Berani	<ul style="list-style-type: none">MandiriKreatifBerani mengambil risikoBerorientasi pada tindakanKepemimpinanKerja kerasJujurDisiplinInovatifTanggung jawabKerjasamaPantang menyerahKomitmenRealistisRasa Ingin tahuKomunikatifMotivasi kuat untuk sukses	<ul style="list-style-type: none">Secara bergantian siswa berlatih renang gaya punggung mulai dari jarak 10 meter s/d 25 meter	Tes perbuatan				Panduan belajar renang Pluit, stop watch, pelampung, kaca mata renang

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pembelajaran	NILAI BUDAYA DAN KARAKTER BANGSA	KEWIRAUSAHAAN/ EKONOMI KREATIF	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu			Sumber Belajar
							TM	PS	PI	
5.4 Mempraktikkan keterampilan renang gaya samping lanjutan serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan keterampilan renang gaya samping dengan jarak minimal 25 meter serta menerapkan nilai disiplin, kerja keras dan keberanian 	<ul style="list-style-type: none"> Renang gaya samping 25 meter 	<ul style="list-style-type: none"> Bergaya hidupsehat, Kerja keras, Disiplin, Jujur, Percaya diri, Mandiri Menghargai orang lain Menghargai prestasi orang lain Kerjasama Semangat Toleransi, Berani 	<ul style="list-style-type: none"> Mandiri Kreatif Berani mengambil risiko Berorientasi pada tindakan Kepemimpinan Kerja keras Jujur Disiplin Inovatif Tanggung jawab Kerjasama Pantang menyerah Komitmen Realistis RasaIngin tahu Komunikatif Motivasi kuat untuk sukses 	<ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian siswa berlatih renang gaya samping mulai dari jarak 10 meter s/d 25 meter 	Tes perbuatan				Panduan belajar renang Pluit, stop watch, pelampung, kaca mata renang

Mengetahui,
Kepala
SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN

Prambanan

GMP PJOK

(Drs. Sukardi)
NBM : 700.506

(Munir fathoni, S.Pd)
NBM :

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : **Penjasorkes**

Kelas : **X**

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p> <p>4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) dengan koordinasi gerak yang baik.</p>	Sepakbola	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi variasi dan kombinasi teknik teknik permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, dan Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol, menggiring, , dan menembak bola ke gawang) dan membuat catatan hasil pengamatan, atau Bermain sepak bola dan yang lainnya mengamati pertandingan tersebut, dan membuat catatan tentang kekuatan dan kelemahan variasi dan kombinasi (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) yang dilakukan oleh temannya selama bermain. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian saling bertanya tentang teknik dasar sepak bola, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) dengan menendang pada bagian bawah/dasar bola “bagaimana pergerakan bola?”, apa yang akan terjadi bila menendang pada titik tengah bola, berpakah kekuatan yang diberikan kepada bola untuk sampai pada titik sasaran yang akan di tuju. Secara bergantian saling bertanya tentang manfaat 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	5 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Bola sepak Lapangan sepakbola Tiang gawang Tiang pancang Peluit TV Video Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>permainan sepak bola terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola.</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengumpan bola dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kiri di tempat dan sambil bergerak secara indual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain • Mengontrol bola dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kiri secara indual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan bertanggung jawab dan disiplin • Mengontrol bola dengan berbagai bagian tubuh • Menggiring bola dengan berbagai variasi menggungkan satu kaki secara individual dengan menunjukkan bertanggung jawab dan disiplin • Menggiring bola dengan berbagai variasi menggunakan kaki kanan dan kiri secara individual dengan menunjukkan bertanggung jawab dan disiplin • Menembak bola dengan berbagai variasi dari berbagai sudut gawang • Mengkombinasikan gerakan mengontrol dengan gerakan menendang menggunakan kaki kanan dan kiri • Mendiskusikan setiap teknik dasar keterampilan gerak sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring, 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>posisi, dan menembak bola ke gawang) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan hasil pengamatan pertandingan sepak bola (langsung atau TV) dengan penampilan gerak di kelas dalam (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) hingga menemukan pola yang paling sesuai untuk diterapkan di dalam permainan. • Menemukan variasi pola (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain., merubah posisi/bagian kaki yang berkenaan dengan bola. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik menendang, menahan, menggiring, dan menembak bola ke gawang serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			
	Bolavoli	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi berkaitan dengan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola voli dari berbagai sumber media cetak atau elektronik 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Bola voli • Lapangan bolavoli • Net/jaring

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengamati pertandingan bola voli secara langsung dan atau di TV dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash). • Peserta didik bermain bola voli dan yang lainnya mengamati pertandingan tersebut, dan membuat catatan tentang tentang variasi dan kombinasi (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang dilakukan oleh temannya selama bermain. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang teknik variasi dan kombinasi teknik dasar bola voli, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (passing bawah, passing atas, servis, dan smash), manakah yang lebih hasilnya, bagaimana pergerakan bola bila merubah titik perkenaan bola dengan tangan, bagaimana pergerakan bola bila merubah posisi togok dalam melakukan gerakan (passing bawah, passing atas, servis, dan smash)? • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bola voli terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola voli • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bola voli <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan passing bawah dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, dan berkelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	<p>aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan passing atas dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, dan berkelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Melakukan servis dengan berbagai variasi secara individual dan berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Melakukan smesh dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, dan berkelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mengkombinasikan gerak melompat dan memukul bola • Mendiskusikan setiap teknik dasar variasi teknik permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik variasi permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan perkenaan bola dengan tangan dengan jalannya/pergerakan bola saat melakukan passing • Menemukan hubungan posisi togok dengan jalannya/pergerakan bola • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam variasi dan kombinasi teknik permainan bola voli (passing bawah, passing 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>atas, servis, dan smash) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			
	Bolabasket	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang teknik variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat laporannya. Peserta didik mengamati pertandingan bola basket secara langsung dan atau di TV dan membuat catatan tentang teknik variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket). Peserta didik bermain bola basket dan yang lainnya mengamati pertandingan tersebut, dan membuat catatan tentang teknik variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) yang dilakukan oleh temannya selama bermain. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola basket Lapangan bola basket Ring/basket Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan dalam kegiatan praktik tentang teknik dasar bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) manakah yang lebih hasilnya? • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bola basket <p>Eksplorasi</p> <p>Variasi dan kombinasi bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memantulkan bola dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri dalam posisi di tempat dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melemparkan bola dengan berbagai variasi menggunakan satu tangan dan dua tangan ke berbagai arah dalam posisi di tempat dan sambil bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Menembakan bola ke jaring dengan berbagai variasi menggunakan satu atau dua tangan dalam posisi diam dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. • Melakukan gerakan lay up dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin. 	<p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Melemparkan dan menangkap bola menggunakan satu atau dua tangan dengan berbagai variasi dalam posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri, disiplin dan toleransi. Mendiskusikan setiap teknik dasar keterampilan gerak bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan benar dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan benar dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan hasil pengamatan pertandingan bola basket (langsung atau TV) dengan penampilan gerak di kelas dalam (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket). Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bola voli dengan menggunakan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.	Softball	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan Softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, dan Peserta didik mengamati pertandingan Softball secara langsung dan atau di TV dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul), atau Peserta didik bermain softball dan yang lainnya mengamati pertandingan tersebut atau mengamati keterampilan teman (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dan membuat catatan hasil pengamatan Menanya <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan tentang variasi teknik dasar permainan softball, misalnya : bagaimana jalannya bola jika cara memegang bola dirobah, apakah ketepatan lemparan diperengaruhi oleh perubahan cara memegang bola, apakah 	Unjuk kerja: Untuk mengukur Keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak	2 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Glove Bola softball Stik Lapangan softball Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.
3.2 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik. 4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola kecil dengan koordinasi gerak yang baik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>jenis lemparan mempengaruhi ketepatan lemparan, apakah terdapat perbedaan dalam (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) apabila menggunakan pendekatan yang berbeda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan softball terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan softball • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan softball <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdasarkan data hasil pengamatan media TV/video atau permainan teman, peserta didik mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan melempar dan menangkap bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan memukul bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan setiap variasi dan kombinasi teknik permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dengan benar dan membuat kesimpulan hasil diskusi. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik permainan sortball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan hasil pengamatan pertandingan softball (langsung atau TV/video) dengan penampilan gerak permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan softball dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			
	Bulutangkis	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan Peserta didik mengamati pertandingan bulutangkis secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah). Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah), misalnya : bagaimana jalannya bola jika cara memegang raket dirobah, apakah ketepatan pukulan diperengaruhi oleh perubahan cara memegang bola dan raket, apakah jenis pukulan mempengaruhi tingkat kesulitan pengembalian bola, apakah terdapat perbedaan dalam bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) apabila menggunakan pendekatan yang berbeda. Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bulutangkis terhadap kesehatan Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur Keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dominan yang dipergunakan dalam permainan bulutangkis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket, servis forehand dan backhand yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak servis pendek secara menyilang ke arah kanan dan kiri pada bidang servis yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket, pukulan forehand dan backhand dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan forehand arah bola menyilang lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>pukulan forehand sambil bergerak ke kanan dan ke kiri lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand arah bola lurus lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand arah bola menyilang lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand sambil bergerak ke kanan dan ke kiri yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket, servis forehand dan backhand yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak servis pendek secara menyilang ke arah kanan dan kiri pada bidang servis yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket, pukulan forehand dan backhand dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan forehand arah bola menyilang lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan forehand sambil bergerak ke kanan dan ke kiri lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand arah bola lurus lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand arah bola menyilang lapangan yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan pola keterampilan gerak memegang raket dan pukulan backhand sambil bergerak ke kanan dan ke kiri yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mendiskusikan setiap variasi dan kombinasi teknik permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) <p>Mengkomunikasikan</p>			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan farisai dan kombinasi teknik permainan bulutangkis (pegangan raket, footwork, posisi berdiri, service, pukulan atas, dan pukulan bawah) dan membuat kesimpulan hasil diskusi.dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permianan 			
	Tenis Meja	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan. Peserta didik mengamati pertandingan bulutangkis secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh). Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan geak</p> <p>Tes: Prinsp dan konsep</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dan smesh) misalnya : bagaimana jalannya bola jika cara memegang bet dirobah, apakah ketepatan pukulan diperengaruhi oleh perubahan cara bet, apakah jenis pukulan mempengaruhi tingkat kesulitan pengembalian bola, apakah terdapat perbedaan dalam Tenis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) apabila menggunakan pendekatan yang berbeda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan Tenis Meja terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan Tenis Meja • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan Tenis Meja <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak memegang bet, servis forehand dan backhand dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak servis forehand dan backhand secara menyilang ke arah kanan dan kiri bidang servis yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak servis forehand dan backhand ke sasaran (target) yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan 	keterampilan gerak		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak memegang bet, pukulan forehand dan backhand dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak memegang bet, pukulan forehand dan backhand arah bola menyilang meja yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan berbagai variasi keterampilan gerak memegang bet, pukulan forehand dan backhand bergerak ke kanan dan ke kiri arah bola menyilang/lurus yang dilakukan dalam bentuk bermain dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau dalam kelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mendiskusikan setiap variasi dan kombinasi teknik permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik permainan Tennis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>smesh) dan membuat kesimpulan hasil diskusi.</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi permainan Tenis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan tenis meja dengan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan berbagai variasi dan kombinasi teknik permainan Tenis Meja (memegang raket, pukulan forehand, backhand, servis, dan smesh) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

Nama Sekolah : SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN
 Kelas/Semester : X
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik. 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.	Atletik (Lompat jauh)	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik perlombaan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan, dan Peserta didik mengamati perlombaan lompat jauh gaya berjalan di udara secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat), atau Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan	2 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat jauh Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>pengamatan.</p> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya menggantung di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) misalnya : apakah teknik tumpuan mempengaruhi kemampuan melompat, apakah jauhnya awalan mempengaruhi tingginya lompatan, apakah terdapat perbedaan apabila menggunakan pendekatan yang berbeda. • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat olahraga cabang atletik lompat jauh terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam olahraga cabang atletik lompat jauh • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan olahraga cabang atletik lompat jauh <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tumpuan lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan saat 	<p>serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>melayang di udara lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi olahraga atletik lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Atletik (Lompat Tinggi)	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik perlombaan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan, dan Peserta didik mengamati perlombaan lompat tinggi gaya straddle secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan), atau Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) misalnya : apakah teknik tumpuan mempengaruhi kemampuan melompat, apakah tingginya awalan mempengaruhi tingginya lompatan, apakah terdapat perbedaan apabila menggunakan pendekatan yang berbeda. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat tinggi Tiang mistar Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat olahraga cabang atletik lompat tinggi terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam lompat tinggi • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan lompat tinggi gaya straddle. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tumpuan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan sikap tubuh di atas mistar lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan dan tumpuan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan dan sikap tubuh di atas mistar lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistar dan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya <i>straddle</i> secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menjelaskan variasi dan kombinasi lompat tinggi gaya <i>straddle</i> (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat) dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p>			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi olahraga atletik lompat tinggi gaya <i>straddle</i> (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat) <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya <i>straddle</i> dengan menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.4 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan olahraga beladiri untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik. 4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan olahraga beladiri dengan koordinasi gerak yang baik.	Beladiri (Pencak Silat)	Mengamati: <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang variasi dan kombinasi gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam olahraga beladiri pencak silat melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. Peserta didik mengamati berbagai variasi dan kombinasi gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam olahraga beladiri pencak silat yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten Menanya: <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil	4 X 3JP	<ul style="list-style-type: none"> Ruangan atau halaman sekolah Arena pencak silat Goong Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>informasi tentang variasi dan kombinasi gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam olahraga beladiri pencak silat selanjutnya bertanya/mendiskusikan dan membuat laporan secara kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan beladiri pencak silat dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan beladiri pencak silat dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengeksplor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan pukulan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Peserta didik memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tendangan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Peserta didik memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan pukulan dan tangkisan, dan elakan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Peserta didik memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tendangan dan elakan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan 	<p>kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mempragakan variasi dan kombinasi teknik gerakan pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain <p>Mangasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dapat memilih/memutuskan jenis pukulan, tendangan, tengkisan, dan elakan sesuai dengan kepentingannya. • Peserta didik dapat membandingkan jenis pukulan, tendangan, tengkisan, dan elakan. <p>Mangkomunikasikan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pertandingan pencak silat dengan menerapkan tekni yang telah didapaykannya menggunakan peraturan sesungguhnya dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permianan 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.5 Menganalisis dua jenis rangkaian keterampilan senam. lantai untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p> <p>4.5 mempraktikkan dua jenis rangkaian keterampilan senam lantai dengan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>Senam Ketangkasan</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang gerakan senam ketangkasan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. • Peserta didik mengamati berbagai gerakan senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten <p>Menanya</p>	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p>	<p>4 X 3JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Matras senam • Kuda-kuda lompat • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai informasi tentang gerakan senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) selanjutnya bertanya/mendiskusikan dan membuat laporan secara kelompok • Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengeksplor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik memperagakan rangkaian gerakan lompat kangkang berulang ulang secara perorangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman. • Peserta didik memperagakan gerakan lompat jongkok berulang ulang secara perorangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman. <p>Mangasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik membandingkan faktor kesulitan antarai gerakan lompat kangkang dengan lompat jongkok pada senam ketangkasn. <p>Mangkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan gerakan kangkang dan lompat jongkok dengan melewati kuda-kuda lompat atau punggung teman 	<p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan geak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		yang membungkuk sesuai dengan ten yang telah dipelajarinya dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.6 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan rangkaian aktivitas gerak ritmik untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p> <p>4.6 mempraktikkan variasi dan kombinasi rangkaian aktivitas gerak ritmik dengan koordinasi gerak yang baik.</p>	Aktivitas Senam Ritmik	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan melalui Video, TV ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. • Peserta didik mengamati berbagai variasi dan kombinasi rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten <p>Menanya</p>	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p>	4 x 3JP	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Tipe recorder • Kaset senam ritmik • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X,Tim Puskurbuk Kemdikbud,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai informasi tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan selanjutnya mendiskusikan dan membuat laporan secara kelompok • Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan berbagai variasi dan kombinasi rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan i dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan variasi dan kombinasi rangkaian gerakan ritmik dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengeksplor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi gerakan langkah kaki pada aktivitas ritmik tanpa menggunakan alat secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika. • Memperagakan variasi dan kombinasi gerakan ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa menggunakan alat secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku disiplin, toleransi, keluwesan dan estetika. • Memperagakan variasi dan kombinasi gerakan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa menggunakan alat secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku disiplin, toleransi, keluwesan dan estetika <p>Mangasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilih rangkain gerakan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik sesuai dengan kemampuan. 	<p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan geak</p> <p>Tes: Prinsp dan konsep keterampilan gerak</p>		Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		Mangkomunikasikan: <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan senam rimik tanpa menggunakan alat dengan menunjukkan perilaku disiplin, toleransi, keluwesan dan estetika sesuai dengan teknik yang telah dipelajari. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH ! PR\$AMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.</p>					
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan</p>					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.7 Menganalisis konsep latihan, pengukuran, dan hasil pengembangan komponen kebugaran jasmani. 4.7 mempraktikkan latihan, pengukuran, dan analisis hasil latihan pengembangan komponen kebugaran jasmani.	Aktivitas Kebugaran	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang komponen kebugaran jasmani (kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan) terkait kesehatan dan keterampilan melalui video, TV ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. Peserta didik mengamati gerakan kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan pada komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten. Menanya	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Palang tunggal Matras senam Formulir tes Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai informasi tentang komponen kebugaran jasmani (kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan selanjutnya mendiskusikan dan membuat laporan secara kelompok • Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan pada komponen kebugaran jasmani dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Menjelaskan komponen kebugaran jasmani (kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan) terkait kesehatan dan keterampilan dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan kebugaran jasmani dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan kebugaran jasmani dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengeksplor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan latihan kelentukan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. • Memperagakan latihan keseimbangan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. • Memperagakan latihan kecepatan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, 	<p>kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan latihan kelincahan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. • Memperagakan latihan daya tahan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. • Memperagakan latihan kekuatan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. <p>Mengasosiai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilih bentuk latihan kelentukan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan kekuatan yang cocok sesuai dengan kemampuannya. <p>Menkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan tes kebugaran jasmani lari cepat 60 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/1.000 m dan 1.200 m pa dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya. • Melakukan perlombaan latihan kebugaran jasmani dengan sistem sirkuit sesuai tekniknya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan aktivitas. 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.</p>					
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan</p>					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
prasarana pembelajaran. 2.3 perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.8 Menganalisis keterampilan tiga gaya renang yang berbeda, dan mengidentifikasi teknik dan peralatan yang digunakan untuk tindakan penyelamatan di air. * 4.8 Mempraktikkan keterampilan tiga gaya renang yang berbeda dengan koordinasi yang baik, dan teknik penyelamatan kecelakaan di air dengan menggunakan peralatan yang ada (tali, pelampung, galah, skoci dan lain sebagainya).*	Aktivitas Renang Gaya Dada	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar renang gaya dada melalui video, TV ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. • Peserta didik mengamati gerakan kaki, ayuan lengan, cara pengambilan nafas renang gaya dada yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan teknik dasar renang gaya dada selanjutnya mendiskusikan dan membuat laporan secara kelompok • Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan renang gaya dada 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Kolam renang • Pelampung renang • Kaca mata renang • Alat-alat penyelamatan di air • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Puskurbuk

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan renang gaya dada dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Menjelaskan keterampilan penyelamatan kecelakaan di air dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan penyelamatan kecelakaan di air dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan penyelamatan kecelakaan di air dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan teknik gerakan kaki renang gaya dada secara individu atau berpasangan dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. • Memperagakan teknik gerakan lengan renang gaya dada secara individu atau berpasangan dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki dan lengan renang gaya dada secara individu atau berpasangan dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan mengambil napas renang gaya dada secara individu atau 	<p>konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<p>Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab.</p> <p>Asosisasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih cara bernapas yang baik dan praktis dalam melakukan gerakan renang gaya dada. <p>Mengkomnikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan renang gaya dada menempuh jarak (50 m atau 100 m) dengan menerapkan teknik dasar yang telah dipelajari dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. Memperagakan keterampilan penyelamatan kecekaan di air dengan menerapkan tekik penyelamatan yang dipelaara secara berpasangan atau berkelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan aktivitas 			

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.</p>					
2.8 Memiliki perilaku hidup sehat dalam memilih makanan dan minuman, penyalahgunaan obat-obatan, kebersihan alat reproduksi, dan pemanfaatan waktu luang					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.9 Menganalisis berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh.</p> <p>4.9 Menyajikan hasil analisis berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh.</p>	Makanan dan Minuman sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mencari dan membaca berbagai informasi tentang berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan, pertumbuhan tubuh dari media cetak dan atau elektronik. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mendiskusikan tentang berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan. Peserta didik mendiskusikan tentang berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat pertumbuhan dan perkembangan tubuh <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kandungan gizi makanan yang dikonsumsi sehari-hari Mendiskusikan dampak pola makan yang tidak sehat terhadap kesehatan. Mendiskusikan zat-zat makanan yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Mengidentifikasi fungsi makanan sebagai zat tenaga/energi, zat pembangun, dan zat pengatur <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan antara jenis makanan, gizi, kesehatan dan pertumbuhan dan perkembangan tubuh. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Memaparkan hasil analisis berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh. 	<p>Observasi: Untuk mengukur perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Konsep makanan dan minuman sehat</p>	1 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat pra Poster <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X,</p>

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.</p>					
<p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat dalam memilih makanan dan minuman, penyalahgunaan obat-obatan, kebersihan alat reproduksi, dan pemanfaatan waktu luang.</p>					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.10 Menganalisis peran aktivitas fisik dalam pencegahan penyakit dan pengurangan biaya perawatan kesehatan.</p> <p>4.10 Menyajikan hasil analisis peran aktivitas fisik dalam pencegahan penyakit dan pengurangan biaya perawatan kesehatan.</p>	Pencegahan penyakit melalui aktivitas fisik	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mencari dan membaca berbagai informasi tentang pengaruh aktivitas fisik dengan kesehatan, penyakit, dan pengurangan biaya perawatan kesehatan dari media cetak dan atau elektronik serta membual laporannya. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik saling bertanya tentang pengaruh aktivitas fisik terhadap kesehatan, dan kaitannya dengan pengurangan biaya kesehatan. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi jenis aktivitas fisik yang berdampak baik terhadap kesehatan. Mengidentifikasi berbagai jenis penyakit yang disebabkan oleh kurang gerak. Mengidentifikasi hubungan aktivitas fisik dengan kesehatan organ paru, jantung, dan peredaran darah. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan antara dampak aktivitas fisik dengan kesehatan, penyakit dan pengurangan biaya perawatan kesehatan. Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang hubungan antara dampak aktivitas fisik, kesehatan dan pengurangan biaya perawatan kesehatan secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 	<p>Observasi: Untuk mengukur perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Konsep makanan dan minuman sehat</p>	1 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat pra Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X,

SILABUS SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : X

Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.8 Memiliki perilaku hidup sehat dalam memilih makanan dan minuman, penyalahgunaan obat-obatan, kebersihan alat reproduksi, dan pemanfaatan waktu luang					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.11 Mengidentifikasi jenis-jenis dan menganalisis bahaya penggunaan NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas</p> <p>4.11 Menyajikan hasil identifikasi dan analisis bahaya penggunaan NARKOBA dan psikotropika terhadap dirinya, keluarga dan masyarakat luas</p>	Narkoba dan Psikotropika	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari dan membaca berbagai informasi tentang berbagai jenis narkoba dan psikotropika dari media cetak dan atau elektronik serta membual laporannya. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik saling bertanya tentang dampak penggunaan narkoba dan psikotropika terhadap kesehatan. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi bahaya, jenis-jenis dan penggolongan Narkoba yang sering disalahgunakan oleh kaum remaja secara individu. Mengidentifikasi bahan-bahan dan cara pembuatan Narkoba yang populer di Indoensia secara individu. Mengidentifikasi ciri-ciri orang yang ketergantungan pada Narkoba secara individu. Mengidentifikasi tahapan-tahapan ketergantungan terhadap Narkoba secara individu. Mendiskusikan bahan-bahan/ informasi tentang bahaya, jenis-jenis, penggolongan, bahan-bahan dan cara pembuatan, ciri-ciri orang ketergantungan dan tahapan-tahapan ketergantungan terhadap Narkoba secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan hubungan antara dampak penggunaan narkoba dan psikotropika terhadap kesehatan. Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang bahaya, jenis-jenis, penggolongan, bahan-bahan dan cara pembuatan, ciri-ciri orang ketergantungan dan tahapan-tahapan ketergantungan terhadap Narkoba dan psikotropika secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, 	<p>Observas: Untuk mengukur perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Konsep makanan dan minuman sehat</p>	1 X 3 Jp	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X,

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 			

Mengetahui,
Kepala
SMK MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN KLATEN

Prambanan

GMP PJOK

(Drs. Sukardi)
NBM :700.506

(Munir fathoni, S.Pd)
NBM : 1186183

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: X / (Ganjil)
Materi Pokok	: Teknik Dasar Bola Basket (passing dan shooting)
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

- 3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.
 - 3.1.1 Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar permainan bola basket yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
 - 4.1.1 Melakukan berbagai teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, mendribble dan menembak)
 - 3.1.2 Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket
 - 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, mendribble dan menembak)
 - 3.1.3 Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket
 - 4.1.3 Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar (bola basket) dalam permainan sederhana

C. Tujuan:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

- 1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
- 2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
- 3. Menunjukkan sikap tanggung jawab dalam keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
- 5. Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
- 6. Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket

7. Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket
8. Melakukan berbagai teknik dasar permainan bola basket (lempar, menangkap, dan menembak)
9. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket
10. Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar bola basket dalam permainan sederhana

D. Materi Pembelajaran :

1. Passing
 - 1.1 lemparan chess pass
 - 1.2 Lemparan bound pass
 - 1.3 Lemparan over head pass
2. Shooting



E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Lapangan, Bola basket, bola karet, cone, pluit.

2. Sumber Belajar

- Buku paket Penjasorkes Kemendikbud tahun 2014 kelas X
- Internet
- Video
-

F. Metode Pembelajaran.

3. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
4. Discoveryl

G. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.• Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran.• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.	10 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik mengamati peragaan teknik lay up shoot dan shooting yang di lakukan oleh guru dan teman sejawatnya <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan dalam kegiatan praktik tentang teknik dasar bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket) manakah yang lebih hasilnya?• Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan• Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana	70 menit

	<p>bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bola basket</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok dan melakukan passing dan menentukan nama passing yang sesuai dengan yang di ajarkan • Menembakan bola ke jaring dengan berbagai variasi dalam posisi diam. • Melemparkan dan menangkap bola menggunakan satu atau dua tangan dengan berbagai variasi dalam posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri, disiplin dan toleransi. • Mendiskusikan setiap teknik dasar keterampilan teknik passing dan shooting bola basket • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik passing dan shooting • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik passing dan shooting <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa melakukan latihan passing dan shooting dengan teknik yang benar • Siswa menentukan kesimpulan terhadap materi teknik passing dan shooting yang telah dipelajari 	
--	--	--

	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang sudah dimodifikasi yaitu bermain dengan hanya menggunakan passing dan shooting, sesuai materi yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi bola basket • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi bola basket • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	20Menit

H. Penilaian

- Menyusun kisi-kisi instrument penilaian pengetahuan

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Level Pengetahuan	Jumlah Butir	No Soal	Pen-skoran
----	------------------	--------------------	-------------------	--------------	---------	------------

1.	3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	a. Menyebut jenis-jenis teknik dasar Permainan bola basket yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.	C-1	1	1	Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
	4.1 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola besar	b. Menjelaskan teknik mendribble berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar	C-3	1	2	Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap

						<p>Nilai2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap</p> <p>Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap</p>
		c. Menjelaskan cara melakukan dribble permainan bola basket permainan bola besar	<p>C-3</p> <p>C-3</p>	<p>1</p> <p>1</p>	<p>3</p> <p>4</p>	<p>Skor 4, jika urutan benar dan lengkap</p> <p>Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap</p>

		d.Menjelaskan posisi badan dan kaki pada saat mendribble ditempat e.Menjelaskan pandangan mata saat mendribble	C-3	1	5	Nilai2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap
--	--	---	-----	---	---	--

b. Dari kisi-kisi tersebut dapat disusun contoh instrument penilaian dalam bentuk soal uji tulis, sebagai berikut:

1. Ada berapakah teknik dasar yang dapat kalian kombinasikan dalam permainan bola besar (contoh sepakbola)? Sebutkan jenis-jenis teknik dasar tersebut!

2. Sebut dan jelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar dalam melakukan permainan bola besar (contoh sepakbola)!
 3. Jelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan bola besar (contoh; sepakbola)!
- c. Berdasarkan hasil dari uji tulis yang telah dilakukan, skor dapat diolah sebagai berikut:

Perolehan skor peserta didik (P) dibagi dengan skor maksimum (Max) (sesuai contoh; 3 soal X 11 = 33) dikalikan dengan satuan penilaian (satuan, atau puluhan).

Rumus : $P / \text{Max} \times 100$

Contoh : $8 / 11 \times 100$

Nilai Peserta Didik : **72,72**

Contoh pengembangan instrument penilaian sikap

- a. Menyusun kisi-kisi penilaian sikap, misalnya sikap disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab dalam konteks permainan bola besar. Kisi-kisi ini sekaligus dapat dijadikan sebagai instrument penilaian.

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Mengikuti pembelajaran bola basket dari awal sampai akhir			
	Berlatih secara individu tentang teknik bola basket			
	Bermain dengan menerapkan tehnik-tehnik permainan bola basket dengan			

	mematuhi peraturan yang ada.			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan dan mengumpulkan bola pada saat pembelajaran selesai			
	Mau memberi umpan ketika bermain			
	Mau menjadi penjaga bola			
3. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan:

- a. BT : Belum Tampak
- b. MT : Mulai Tampak
- c. TN : Tampak Nyata

b. Menggunakan instrumen penilaian

Guru, peserta didik yang bersangkutan (*self assessment*), rekan sebaya (*peer assessment*) memberi tanda conteng (V) pada kolom BT (belum tampak), MT (mulai tampak), TN (tampak nyata) sesuai dengan kondisi obyek pengamatan untuk guru dan pasangan atau yang dirasakan sendiri oleh peserta didik.

c. Memaknai hasil

Dari kisi dan instrument tersebut, guru dapat memberikan simpulan akhir bahwa “secara umum ketiga sikap peserta didik terlihat ***“jelaskan kondisi sesuai hasil pengamatan”*** namun demikian pada aspek ***“disiplin/ kerja sama/ tanggung jawab”*** perlu ditingkatkan.

Contoh Pengembangan Instrument Penilaian Keterampilan Gerak

- a. Menyusun kisi-kisi instrument penilaian keterampilan gerak passing

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
1.	3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	a. Posisi dan sikap awal	1. Kedua kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk. 2. Badan agak condong ke depan, berat badan antara kedua kaki 3. Kedua tangan memegang bola. 4. Pandangan mata ke arah depan.	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar
	4.1 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola besar	b. Pelaksanaan gerakan	1. Badan agak condong ke depan, bersiap melakukan passing 2. Kedua tangan mendorong bola / melakukan passing 3. Passing yang dilakukan sesuai	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
			dengan yang sudah dipelajari. 4. Pandangan mata ke arah depan.	tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar
		c. Posisi dan sikap akhir	1. Salah satu kaki berada di depan sebagai gerakan follow through. 2. Badan kembali agak condong ke depan, dan berat badan pada kaki depan 3. Ada gerakan follow through pada tangan. 4. Pandangan mata ke arah depan	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
				hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar

- b. Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (shooting) dilakukan ke arah ring dan masuk, dari 5 kali percobaan.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
5 kali	5 kali	100%	Sangat Baik
4 kali	4 kali	90%	Baik
3 kali	3 kali	80%	Cukup
2 kali	2 kali	70%	Kurang
0-1 kali	0-1 kali	60%	Kurang Sekali

- c. Dari kisi-kisi tersebut dapat disusun contoh instrument penilaian dalam bentuk lembar pengamatan, sebagai berikut:

- d. Berdasarkan hasil dari uji tulis yang telah dilakukan, skor dapat diolah sebagai berikut:

Perolehan skor peserta didik (P) dibagi dengan skor maksimum (Max) (sesuai contoh; 3 Indikator Esensial X 4 = 12) dikalikan dengan satuan penilaian (satuan, atau puluhan).

Rumus : $P / \text{Max} \times 100$

Contoh : $9 / 12 \times 100$

Nilai Peserta Didik : **75**

Yogyakarta , 6 November 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan	: SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: X / (Ganjil)
Materi Pokok	: Teknik Dasar Bola voli
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

- 3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerakan passing bawah Bola voli untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.
 - 1. Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar permainan bolavoli yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
 - 4.1.1 Melakukan berbagai teknik dasar permainan bolavoli (passing bawah)
 - 2. Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli
 - 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar pasing bawah permainan bolavoli
 - 3. Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar pasing bawah permainan bolavoli
 - 4.1.3 Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar pasing bawah bolavoli dalam permainan sederhana

C. Tujuan:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

- 1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
- 2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
- 3. Menunjukkan sikap tanggung jawab dalam keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
- 5. Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
- 6. Menjelaskan cara melakukan variasi dn kombinasi teknik dasar permainan bolavoli

7. Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli
8. Melakukan berbagai teknik dasar permainan bolavoli (servis, passing)
9. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli
10. mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar bolavoli dalam permainan sederhana

D. Materi Pembelajaran :

1. *Passing* bawah bola voli.

Passing dalam permainan bolavoli adalah usaha atau upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Teknik dasar (pasing bawah) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan atau passing bawah yang baik adalah: a). Gerakan mengambil bola. b). Mengatur posisi. c). Memantulkan dan d). Mengarahkan bola kearah atas.

1) Persiapan (Sikap awal)

- a) Bergerak kearah bola dengan mengatur posisi tubuh
- b) genggam jemari tangan dengan meluruskan kedua lengan (proximal)
- c) kaki dalam posisi dibuka selebar bahu dengan santai
- d) tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
- e) sikut terkunci
- f) lengan sejajar dengan paha
- g) pinggang condong ke arah depan

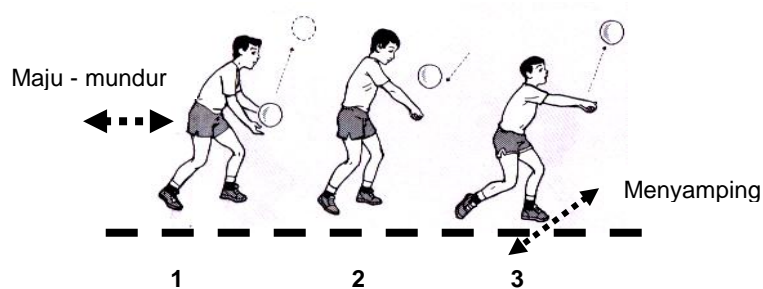
h) pandangan kearah bola



Gb. 1 Gerakan persiapan *passing* bawah

2) Pelaksanaan (Perkenaan bola)

- (a) menerima bola di depan badan
- (b) sedikit mengulurkan kaki
- (c) berat badan dialihkan kedepan
- (d) pukul bola jauh dari badan
- (e) pinggul bergerak ke depan
- (f) perhatikan bola saat menyentuh lengan



Gb. 2 Gerakan pelaksanaan *passing* bawah

3) Gerakan Lanjutan (Sikap akhir)

- (a) jari tangan tetap digenggam
- (b) sikut tetap terkunci
- (c) landasan mengikuti bola kesasaran.
- (d) pindahkan berat badan arah kesasaran

(e) perhatikan bola bergerak kesasaran



Gb. 3 Gerakan lanjutan *passing* bawah

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Lapangan, Bolavoli, bola karet, cone, pluit., net

2.Sumber Belajar

- Buku paket Penjasorkes Kemendikbud tahun 2014 kelas X
- Internet

F. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal

G. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi • Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran sesuai dengan alokasi waktu • (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan waktu peralihan dari mapel lain Berbaris, 	10 menit

	<ul style="list-style-type: none"> • .persiapan fisik dan mental 	
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi berkaitan dengan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola voli dari berbagai sumber media cetak atau elektronik • Peserta didik mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru. • Peserta didik peraga yang dilakukan oleh teman sejawat. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang teknik variasi dan kombinasi teknik dasar bola voli, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (passing bawah, passing atas, servis, dan smash), manakah yang lebih hasilnya, bagaiman pergerakan bola bila merobah titik perkenaan bola dengan tangan, bagaimana pergerakan bola bila merobah posisi togok dalam melakukan gerakan (passing bawah, passing atas, servis, dan smash)? • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bola voli terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana 	70 menit

	<p>bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bola voli</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan passing bawah dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, dan berkelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Melakukan passing bawah dengan berbagai variasi secara individual, berpasangan, dan berkelompok dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mengkombinasikan gerak melompat dan memukul bola • Mendiskusikan setiap teknik dasar variasi teknik permainan bola voli (passing bawah,) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik variasi permainan bola voli permainan bola voli (passing bawah,) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi teknik dasar permainan bola voli (passing bawah) dengan benar dan membuat kesimpulannya. 	
--	--	--

	<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan perkenaan bola dengan tangan dengan jalannya/pergerakan bola saat melakukan passing • Menemukan hubungan posisi togok dengan jalannya/pergerakan bola • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam variasi dan kombinasi teknik permainan bola voli (passing bawah) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan bola voli (passing bawah) serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi passing bawah • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan 	10

	peserta didik tentang materi passing bawah <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	Menit
--	--	--------------

H. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN BOLAVOLI

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Mau memberi umpan ketika bermain			

	Mau menjadi penjaga bola			
3. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan:

- a. BT : Belum Tampak
- b. MT : Mulai Tampak
- c. TN : Tampak Nyata

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak passing bawah dalam permainan bolavoli.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bolavoli!					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan passing bawah pada permainan bolavoli!					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bolavoli!					
4	Jelaskan rangkaian gerakan passing bawah dalam permainan bolavoli !					

5	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap awal dalam melakukan passing bawah pada permainan bolavoli!					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap perkenaan dalam melakukan passing bawah pada permainan bolavoli!					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan passing bawah pada permainan bolavoli!					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar passing bawah

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN PASSING BAWAH (Bola Voli)

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				1	2	3
1	Sikap Awal	1. Kaki	- Kaki merenggang dengan santai			
			- Lutut ditekuk dalam posisi rendah			
			- Salah satu kaki di depan			
		2. Tangan	- Jari tangan digenggam			
			- Kedua lengan di depan badan			
			- Kedua lengan lurus			
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Punggung direndahkan			
			- Posisi badan relax			
			- Pandangan ke depan			
2	Pelaksanaan	1 Kaki	- Kaki bergerak ke arah datangnya bola			

			- Kaki sedikit diulurkan	
			- Lutut diluruskan	
		2. Tangan	- Pukullah bola jauh dari badan	
			- Tangan lurus, sikut dikunci	
			- Perkenaan bola pada lengan bagian bawah	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Berat badan dialihkan ke depan	
			- Pinggul bergerak ke depan	
			- Pandangan mata ke arah datangnya bola	
3	Sikap Akhir	1. Kaki	- Salah satu kaki melangkah ke depan	
			- Lutut diluruskan	
			- Kedua kaki	
		2. Tangan	- Jari tangan digenggam	
			- Landasan mengikuti bola ke sasaran	
			- Lengan sejajar di bawah bahu	

		3. Badan dan Pandangan Mata	- Pindahkan berat badan ke arah sasaran	
			- Badan diluruskan	
			- Perhatikan bola ke arah sasaran	

Keterangan :

1. Peserta mendapatkan nilai 4, apabila tiga indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 3 apabila dua indikator yang dilakukan benar
3. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila satu indikator yang dilakukan benar.
4. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar
5. Nilai maksimal adalah 36

Yogyakarta , 22 November 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMK Muhammadiyah Prambanan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: X / 1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Lompat Jauh Gaya Jongkok
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

- 3.3. Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
- 4.3. Mempraktikan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar sesuai hasil analisis dan katagorisasi
Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar permainan bolavoli yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
 - 4.3.1. Melakukan bentuk latihan teknik ancang-ancang lompat jauh dengan teknik yang baik
 - 4.3.2. Melakukan bentuk latihan teknik tolakan lompat jauh dengan teknik yang baik
 - 4.3.3. Melakukan bentuk latihan teknik melayang lompat jauh dengan teknik yang baik
 - 4.3.4. Melakukan bentuk latihan teknik mendarat lompat jauh dengan teknik yang baik
- 3.3.1. Menyebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan diudara lompat jauh gauh berjalan di udara:
- 3.3.2. Menjelaskan kegunaan latihan lompat jauh
- 3.3.3. menjelaskan
- 4.3.5. Mempraktekkan latihan lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik dan benar

C. Tujuan:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

- 1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
- 2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
- 3. Menunjukkan sikap tanggung jawab dalam keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembeajaran

4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
5. Menyebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara.
6. Menjelaskan cara melakukan ancang-ancang lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar
7. Menjelaskan cara melakukan tolkan kaki lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar
8. Menjelaskan teknik melayang lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar
9. Menyebutkan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan lompat jauh gaya berjalan diudara
10. mempraktekkan lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik

.D. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Bak lompat, lintasan, tali, pluit.

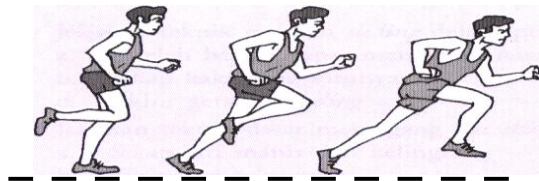
2.Sumber Belajar

- Buku paket Penjasorkes Kemendikbud tahun 2014 kelas X
- Internet
- video

E. Materi Pembelajaran :

1. Teknik latihan lompat jauh gaya berjalan di udara

1.1.Latihan lari ancang-ancang



- Lari sejauh 30-40m dengan lutut diangkat
- Badan agak condong kedepan
- Kedua lengan diangkat, dengan kedua sikut ditekuk
- Pandangan kedepan
- Menjaga kecepatan lari

1.2.Latihan menolak

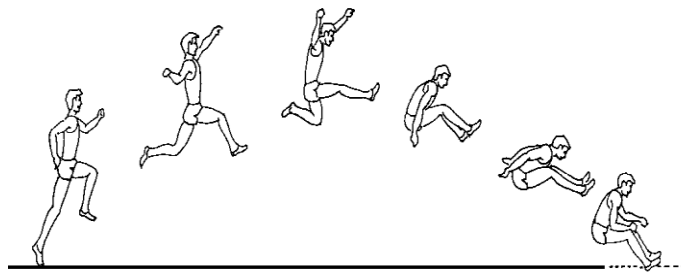
- Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat
- Saat kaki melakukan tolakan,
- posisi badan didorong kedepan atas,
- dan kaki belakang serta kedua lengan di-ayunkan ke depan atas menjaga keseimbangan
- Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, dimulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

1.3.Latihan teknik melayang

- Kedua kaki di gerakan seperti berjalan (diudara)
- Badan tegak didorong kedepan atas
- Kedua lengan relaks di samping badan menjaga keseimbangan
- Pandangan mata ke arah depan

1.4.Latihan mendarat

- Mendarat dengan dua kaki rapat
- Kedua lutut ditekuk/mengeper
- Kedua lengan kearah depan menjaga keseimbangan
- Berat badan didorong kedepan



F. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal

H. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. 	10 menit
Inti	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik perlombaan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan, dan Peserta didik mengamati perlombaanlompat jauh 	70 menit

	<p>gaya berjalan di udara secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat), atau</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya jongkok (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) misalnya : apakah teknik tumpuan mempengaruhi kemampuan melompat, apakah jauhnya awalan mempengaruhi tingginya lompatan, apakah terdapat perbedaan apabila menggunakan pendekatan yang berbeda. • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat olahraga cabang atletik lompat jauh terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan olahraga cabang atletik lompat jauh 	
--	--	--

	<p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tumpuan lompat jauh gaya jongkok secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ anchang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi olahraga atletik lompat jauh gaya jongkok (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan keseluruhan lompat jauh menggunakan gaya jongkok dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya 	
--	--	--

	dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi lompat jauh gaya berjalan di udara • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi lompat jauh gaya berjalan di udara • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	10 Menit

H. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN
SIKAP DALAM LOMPAT JAUH GAYA BERJALAN DI UDARA

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
2. Kerjasama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Mau menjaga keselamatan teman			
	Mau turut mengukur hasil lompatan			
3. Kerja keras	Tidak mengenal lelah			
	Mengikuti pembelajaran dengan tekun			
	Mengulang-ulang latihan			
4. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan:

a. BT : Belum Tampak

- b. MT : Mulai Tampak
- c. TN : Tampak Nyata

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak glompat jauh gaya berjalan di udara.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Sebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara					
2	Jelaskan teknik yang benar melakukan awalan lari lompat jauh gaya berjalan di udara					
3	Jelaskan sikap/teknik menolak lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)					
4	Jelaskan teknik melayang lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)					
5	Jelaskan /teknik mendarat lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang					

	sering dilakukan pada latihan lompat jauh!					
7	Jelaskan Kegunaan latihan lompat jauh					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan empat indikator (kaki, tangan, badan dan pandangan)
2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik hanya satu indikator di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar lompat jauh

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN LOMPAT JAUH
GAYA JONGKOK**

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
1.	Mempraktikkan keterampilan salah satu nomor atletik (lompat jauh gaya berjalan di udara)	a. Sikap ancang-ancang	1. Melakukan awalan lari sejauh 30 – 40 meter 2. Saat berlari langkah kaki jauh, lutut diangkat 3. Kedua lengan dan tangan relaks di samping badan 4. Pandangan mata ke arah bak lompat	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar
		b. Sikap dasar menolak	1. Tolakan salah satu kaki terkuat pada papan tolak, kaki yang lain diangkat ke depan atas 2. Gerakan badan agak condong ke depan, 3. Kedua lengan dayun kedepan	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
			<p>mengikuti diayun ke depan atas menjaga keseimbangan</p> <p>4. Pandangan mata ke arah depan</p>	<p>benar</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar</p>
		c. Teknik melayang di udara	<p>1. Kedua kaki di gerakan seperti jongkok (diudara)</p> <p>2. Badan agak condong kedepan</p> <p>3. Kedua lengan relaks di depan badan menjaga keseimbangan</p> <p>4. Pandangan mata ke arah depan</p>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar</p>
		d. Teknik	1. Mendarat dengan dua kaki rapat	Skor 4, jika seluruh

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
		mendarat	2. Kedua lutut ditekuk/mengeper 3. Kedua lengan kearah depan menjaga keseimbangan 4. Berat badan didorong kedepan	uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar

Yogyakarta , 8 Oktober 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: X / 1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Teknik Dasar Softball
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

- 3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola kecil dengan koordinasi gerak yang baik.
 - 3.1.1 Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar permainan softball yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
 - 4.1.1 Melakukan berbagai teknik dasar permainan softball (memegang bola, lempar tangkap, pitching dan memukul memukul)
 - 3.1.2 Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball
 - 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball
 - 3.1.3 Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball
 - 4.1.3 Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar softball dalam permainan sederhana

C. Tujuan:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

- 1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
- 2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
- 3. Menunjukkan sikap tanggung jawab dalam keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
- 5. Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.

6. Menjelaskan cara melakukan variasi dn kombinasi teknik dasar permainan softball
7. Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball
8. Melakukan berbagai teknik dasar permainan softball (memegang bola, lempar tangkap, pitching dan memukul memukul)
9. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball
10. mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar softball dalam permainan sederhana

D. Materi Pembelajaran :

1. Teknik memukul bola (batting)
2. Menangkap dan melempar bola

E. Metode Pembelajaran.

2. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
3. Resiprokal

F. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Lapangan, Bola softball, pemukul,base, pluit.

2.Sumber Belajar

- Buku paket Penjasorkes Kemendikbud tahun 2014 kelas X
- Internet
- video

G. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKT U
----------	-----------	-----------

<p>Pendahuluan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. • Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. • Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. 	<p>10 menit</p>
<p>Inti</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan Softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) dari berbagai sumber media video • Peserta didik mengamati pertandingan Softball secara langsung dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul), atau • Peserta didik bermain softball dan yang lainnya mengamati pertandingan tersebut atau mengamati keterampilan teman (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) dan membuat catatan hasil pengamatan <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan tentang variasi teknik dasar permainan softball, misalnya : bagaimana 	<p>70 menit</p>

	<p>jalannya bola jika cara memegang bola dirobah, apakah ketepatan lemparan diperengaruhi oleh perubahan cara memegang bola, apakah jenis lemparan mempengaruhi ketepatan lemparan, apakah terdapat perbedaan dalam (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) apabila menggunakan pendekatan yang berbeda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan softball terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan softball <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdasarkan data hasil pengamatan media video atau permainan teman, peserta didik mempraktikan berbagai variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan melempar dan menangkap bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung 	
--	---	--

	<p>jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan memukul bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola softball secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Mendiskusikan setiap variasi dan kombinasi teknik permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggunkan tongkat pemukul) dengan benar dan membuat kesimpulan hasil diskusi. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik 	
--	---	--

	<p>permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan hasil pengamatan pertandingan softball (langsung atau TV/video) dengan penampilan gerak permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul). <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan permainan softball dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola menggungkan tongkat pemukul) serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 	
--	---	--

Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi passing bawah • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi passing bawah • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	25 Menit

H. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN SOFTBALL

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
A. Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	V
2. Menerima kekalahan	V

3. Mentaati peraturan permainan	V
B. Tanggung jawab	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	V
3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	V
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	V
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
Disiplin	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	V
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	V
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

NILAI	KRITERIA
90 – 100	Amat Baik (AB)
78 – 89	Baik (B)
66 – 77	Cukup (C)
≤ 65	Kurang (K)

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak passing bawah dalam permainan softball

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar melempar dalam permainan softball!					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan lemparan pada permainan softball					
3	Jelaskan sikap badan ketika memukul bola					
4	Jelaskan rangkaian gerakan melempar pada permainan softball !					
5	Jelaskan apa yang di maksud dengan strike					
6	Jelaskan apa yang di maksud dengan ball					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan teknik batting pada permainan softball					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

1). Lakukan teknik dasar lempar tangkap softball

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN PERMAINAN SOFTBALL

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				3	2	1
1	Sikap Awal	1. Kaki	- Kaki merenggang dengan santai			
			- Lutut ditekuk dalam posisi rendah			
			- Di buka selebar bahu			
		2. Tangan	- Tangan menggenggam stick			

			- Kedua lengan di depan badan	
			- Stick siap untuk memukul	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Posisi badan menyamping base	
			- Posisi badan relax	
			- Pandangan ke depan	
2	Pelaksanaan	A. Kaki	- Kaki bergerak ke arah datangnya bola	
			- Kaki sedikit diulurkan	
			- Lutut diluruskan	
		2. Tangan	- Pukullah bola jauh dari badan	
			- Tangan lurus, sikut dikunci	
			- Ada ayunan lanjutan	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Berat badan dialihkan ke depan	
			- Pinggul bergerak ke depan	
			- Pandangan mata ke arah datangnya bola	
3	Sikap Akhir	1. Kaki	- Salah satu kaki melangkah ke depan	
			- Lutut diluruskan	
			- Kedua kaki	
		2. Tangan	- Jari tangan digenggam	
			- Landasan mengikuti	

			bola ke sasaran	
			- Lengan sejajar di bawah bahu	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Pindahkan berat badan ke arah sasaran	
			- Badan diluruskan	
			- Perhatikan bola ke arah sasaran	

Keterangan :

1. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada tiga indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada dua indikator yang dilakukan benar.
3. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar

Nilai maksimal adalah 27

- a. Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (batting) dilakukan ke arah lapangan dan berhasil di pukul, dari 5 kali percobaan.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
5 kali	5 kali	100%	Sangat Baik
4 kali	4 kali	90%	Baik
3 kali	3 kali	80%	Cukup
2 kali	2 kali	70%	Kurang

0-1 kali	0-1 kali	60%	Kurang Sekali
----------	----------	-----	---------------

Yogyakarta , 15 Oktober 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan, Klaten

Mata Pelajaran: Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan.

Kelas/Semester : XI/1

Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Kode Kompetensi : 1

**Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai ketrampilan permainan
olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang
terkandung di dalamnya.**

Kode Kompetensi : 1

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan ketrampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai semangat dan percaya diri.

C. Indikator

1. Menggunakan berbagai formasi, bentuk dan strategi dalam permainan bola basket.
2. Menerapkan strategi penyerangan.
3. Memperlihatkan nilai pantang menyerah dan jujur dalam permainan.

D. Tujuan Pembelajaran

1. melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

E. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Ceramah

F. Materi Pokok

Bola Basket (lay up shoot)

G. . Skenario Pembelajaran

No.	Kegiatan	Alokasi Waktu	Metode
1.	Pendahuluan Peserta didik dibariskan menjadi 4 saf, berdoa bersama, diadakan presensi serta penjelasan materi yang akan dibahas serta dilanjutkan pemanasan (warming up)	10 menit	Ceramah Demonstrasi
2.	Inti <i>Eksplorasi</i> <ul style="list-style-type: none">• Pemanasan secara umum• Berlari mengelilingi lapangan bolabasket• Pemanasan khusus bolabasket dalam bentuk permainan <i>Elaborasi</i> <ul style="list-style-type: none">• Penjelasan cara melakukan teknik dasar bola basket (lay up shoot) yang baik.	60 menit	Ceramah Demonstasi

	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan teknik langkah lay up tanpa bola dan dengan bantuan 3 cone setelah itu dikurangi menjadi 2 cone • Melakukan latihan teknik langkah lay up shoot dengan bola, bola di pegang oleh teman dan di ambil oleh siswa yang melakukan lay up • Melakukan latihan dribble dengan menggunakan dribble dengan bantuan 2 cone lalu setelah lancar bantuan cone digilangkan <p>Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). <p>Karakter :</p> <p>○</p>		
3.	<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan • Peserta didik dibariskan, diadakan koreksi/evaluasi terhadap kegiatan yang baru dipraktekkan. • Peserta didik diberikan tugas untuk mempelajari materi yang akan datang • Informasi-informasi. 	20 menit	Ceramah Diskusi

H. Alat dan Sumber Belajar

Buku : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas XI, Terbitan Kemendikbud 2014.

1. Alat Pembelajaran :

- Bola basket
- Lapangan permainan bolabasket
- Ring basket
- Peluit
- cone

2. Sumber Pembelajaran :

1. Internet
2. Buku Paket Penjasorkes kelas XI, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tahun 2014

I. Evaluasi

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes perbuatan

Yogyakarta , 6 November 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan.
Kelas/Semester : XI/1
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Kode Kompetensi : 1

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan ketrampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai semangat dan percaya diri.

C. Indikator

1. Melakukan teknik nomor tolak peluru gaya membelakangi

D. Materi Pokok

Tolak Peluru Gaya Membelakangi

E. Skenario Pembelajaran

No.	Kegiatan	Alokasi Waktu	Metode
1.	Pendahuluan Peserta didik dibariskan menjadi 4 saf, berdoa bersama, diadakan presensi serta penjelasan materi yang akan dibahas serta dilanjutkan pemanasan (warming up), dengan menekankan kekuatan otot lengan, dada dan kaki.	10 menit	Ceramah Demonstrasi
2.	Inti Eksplorasi <ul style="list-style-type: none">• Pemanasan secara umum• Berlari mengelilingi lapangan sepakbola atau sejenisnya<ul style="list-style-type: none">○ Penjelasan Teknik memegang peluru. Peluru diletakkan pada pangkal tiga jari tengah, kelingking dan ibu jari berada di samping peluru dengan sewajarnya.○ Teknik meletakkan peluru. Setelah dipegang dengan benar, peluru diletakkan di atas bahu di bawah telinga, merapat ke leher, telapak tangan menghadap depan	60 menit	Ceramah Demonstrasi

	<p>agak ke atas, siku pemegang peluru lurus ke samping (sejajar dengan bahu) tangan satunya dengan siku ditekuk di depan dahi.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Teknik tolak peluru gaya membelakangi. Berdiri dengan berat badan pada kaki kanan, lutut sedikit ditekuk, badan membungkuk kaki kiri diayunkan ke belakang ke arah lemparan, setelah ayunan dirasa enak kaki kanan ikut bergeser ke kiri, begitu kaki kiri mendarat bersamaan dengan kaki kanan, lengan kiri memutar badan ke kiri diikuti menolakkan peluru kearah atas depan untuk menjaga keseimbangan setelah peluru didorong ke depan posisi kaki berubah yaitu kaki kanan ke depan kaki kiri lurus ke belakang. <p>Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pengenalan dan latihan teknik tolak peluru mulai cara memegang, latihan power lengan mendorong peluru kearah atas • Secara bergantian siswa berlatih menolak peluru gaya menyamping tanpa awalan dengan cara; memegang peluru di pangkal jari dengan tiga jari dibelakang, peluru diletakkan dekat leher siku diangkat sejajar bahu, menolak peluru dengan meluruskan sikut diikuti diluruskan badan sebagai daya dorong. <p>Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secara bergantian siswa berlatih menolak peluru dengan awalan 		
3.	<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibariskan, diadakan koreksi/ evaluasi terhadap kegiatan yang baru dipraktekkan. • Peserta didik melakukan pendinginan • Pesan penutup dan berdoa 	20 menit	Ceramah Diskusi

F. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Alat: Peluru, lapangan tolak peluru, roll meter, peluit.

2. Sumber Pembelajaran :

- Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas XI, Terbitan Kemendikbud 2014

- Internet

G. Evaluasi

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes perbuatan

Yogyakarta , 22 November 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan.
Kelas/Semester : XII/1
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Kode Kompetensi : 1

Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai ketrampilan permainan olahraga dengan peraturan sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

A. Kompetensi Dasar

- 1.2 Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya, serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai semangat dan percaya diri.

B. Indikator

1. Melakukan ketrampilan lompat jangkit.

C. Tujuan Pembelajaran

1. melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. melakukan perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

D. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

E. Materi Pokok

Lompat jangkit

D. Skenario Pembelajaran

No.	Kegiatan	Alokasi Waktu	Metode
1.	Pendahuluan Peserta didik dibariskan menjadi 4 saf, berdoa bersama, diadakan presensi serta penjelasan materi yang akan dibahas serta dilanjutkan pemanasan (warming up)	10 menit	Ceramah Demonstrasi Tugas
2.	Inti Eksplorasi <ul style="list-style-type: none">• Pemanasan secara umum• Berlari mengelilingi lapangan sepakbola atau sejenisnya Pemanasan khusus lompat jangkit dalam bentuk permainan	60 menit	Ceramah Demonstrasi Tugas

	<p><i>Elaborasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik (perorangan maupun berkelompok). • Latihan lompat jangkit meliputi: <ul style="list-style-type: none"> ○ Cara melakukan awalan dalam lompat jangkit. ○ Cara melakukan tolakan pada waktu berjingkat. ○ Cara melakukan tolakan pada waktu melangkah. ○ Cara melakukan tolakan pada waktu melompat. ○ Teknik sikap mendarat. • Latihan lompat jangkit secara keseluruhan. <p><i>Konfirmasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok. • Memberi kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal-hal yang belum jelas Bergaya hidupsehat, 		
3.	<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibariskan, diadakan koreksi/evaluasi terhadap kegiatan yang baru dipraktekkan. • Peserta didik melakukan pendinginan • Pesan penutup dan berdoa 	20 menit	Ceramah Diskusi

A. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bak lompat
- Kaput
- Cone
- Meteran

2. Sumber Pembelajaran :

- Internet
- Buku Paket Penjasorkes kelas XI, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tahun 2014

B. Evaluasi

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes perbuatan

Yogyakarta , 21 Oktober 2017

Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan.
Kelas/Semester : XII/1
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Kode Kompetensi : 1

Standar Kompetensi : mempraktikkan berbagai ketrampilan permainan olahraga dengan peraturan sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

A. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan ketrampilan bermain salah satu permainan dan olahraga bola besar dilanjutkan dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai semangat dan percaya diri.

B. Indikator

1. Menggunakan berbagai variasi, bentuk dan strategi penyerangan dalam permainan sepak bola.
2. Menggunakan berbagai variasi, bentuk dan strategi pertahanan dalam permainan sepak bola.

D. Tujuan

1. melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola
2. bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Materi Pokok

Sepak Bola (Variasi Penyerangan dan Pertahanan)

E. Skenario Pembelajaran

No.	Kegiatan	Alokasi Waktu	Metode
1.	Pendahuluan Peserta didik dibariskan menjadi 4 saf, berdoa bersama, diadakan presensi serta penjelasan materi yang akan dibahas serta dilanjutkan pemanasan	10 menit	Ceramah Demonstrasi

2.	<p>Inti</p> <p><i>Eksplorasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan secara umum • Berlari mengelilingi lapangan sepakbola • Pemanasan khusus sepakbola dalam bentuk permainan <ul style="list-style-type: none"> • Latihan teknik menyerang dengan cara : <ul style="list-style-type: none"> ○ Geakan tanpa bola. Pemain selalu bergerak untuk mencari tempat yang tidak terjaga oleh lawan. ○ Gerakan dengan bola dilakukan dengan cara operan satu-satu atau wall pass, teknik ini dimainkan oleh dua orang pemain untuk saling bekerja sama untuk memberi dan menerima operan. ○ Lemparan ke dalam. Lemparan ke dalam dapat menjadikan serangan berbahaya bila dilakukan di daerah pertahanan lawan. ○ Tendangan penjuruk dan tendangan bebas. • Latihan teknik pertahanan dilakukan dengan cara: <ul style="list-style-type: none"> ○ Penjagaan satu lawan satu (man to man marking). ○ Penjagaan daerah (zone defence). ○ Penjagaan kombinasi. • Latihan bermain sepak bola dengan menerapkan pola menyerang dan bertahan. <p><i>Elaborasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik • Melakukan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik. <p><i>Konfirmasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan (jumlah 	70 menit	Ceramah Demonstrasi
----	--	----------	------------------------

	pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).		
3.	Penutup <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibariskan, diadakan koreksi/evaluasi terhadap kegiatan yang baru dipraktekkan. • Peserta didik melakukan pendinginan • Memberikan pesan penutup dan berdoa 	10 menit	Ceramah Diskusi

F. Alat dan Sumber Belajar

Buku : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas XII, Terbitan Kemendikbud 2014.

I. Alat Pembelajaran :

- Bola sepal
- Lapangan
- Peluit
- cone

J. Sumber Pembelajaran :

- Internet
- Buku Paket Penjasorkes kelas XII, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tahun 2014

K. Evaluasi

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes perbuatan

Yogyakarta , 6 November 2017

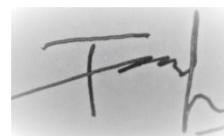
Guru Pembimbing



Munir Fathoni, S.Pd

NBM. 1186.183

Guru mapel PJOK



Teguh Imam Santoso

NIM. 14601241037

KURIKULUM 2013
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM TAHUNAN (PROTAH)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : X / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan

PROGRAM TAHUNAN

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
 Bidang Studi Keahlian :
 Program Studi Keahlian :
 Kompetensi :
 Mata Pelajaran/ Standar Kompetensi : Penjasokes
 Kelas/ Semester : X / Gasal
 Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>kerjasama, toleransi, me-mecahkan masalah, meng-hargai teman, dan keberanian.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis bawah dan smash tanpa awalan dengan koordinasi yang baik. • Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar dan menangkap bola (chest 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>pass, bounce pass, over head pass, dan side pass), menggiring bola dan menembak ke ring basket dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. 	1JP	
	8.2 Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, me-mukul backhand, dan servis bulutangkis dengan koor-dinasi yang baik. 	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja dengan koordinasi yang baik. • Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Perlombaan lompat tinggi dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar tolak peluru (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar tolak peluru (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dengan koordinasi yang baik. • Perlombaan tolak peluru dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerja-sama, kejujuran, menghargai, 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>ber-bagai bentuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan serta nilai kejujuran, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri.</p> <p>9.2. Mempraktikkan tes kebugaran jasmani dan interpretasi hasil tes dalam menentukan derajat kebugaran jasmani serta nilai kejujuran, semangat, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri.</p>	<p>kebugaran jasmani (kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelincahan dan kelentukan) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA (lari cepat 60 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/1.000 pi dan 1.200 m pa) dengan koordinasi yang baik. 	1JP	
	10.1 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) dengan koordinasi yang baik. 	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>menghargai teman.</p> <p>10.2. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat (guling depan, guling ke belakang, berdiri dengan kedua tangan, sikap lilin, guling lenting dan sikap kayang) dengan koordinasi yang baik. 	1JP	
	<p>11.1. Mempraktikkan kombinasi keterampilan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik berirama tanpa alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.</p> <p>11.2. Mempraktikkan rangkaian senam</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan kombinasi keterampilan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik berirama tanpa alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian senam irama tanpa alat dengan koordinasi gerak serta nilai 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	irama tanpa alat dengan koordinasi gerak serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.	kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan baik.		
	<p>12.1. Mempraktikkan kombinasi teknik renang gaya bebas dan salah satu gaya lain serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.</p> <p>12.2. Mempraktikkan keterampilan dasar pertolongan kecelakaan di air dengan sistem Resusitasi Jantung dan Paru (RJP) serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik. • Melakukan perlombaan renang gaya bebas (menempuh jarak 50 meter). • Melakukan 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		pertolongan kecelakaan di air dengan sistem Resusitasi Jantung dan Paru (RJP)		
.	<p>13.1. Mempraktikkan keterampilan dasar-dasar kegiatan menjelajah gunung serta nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok.</p> <p>13.2. Mempraktikkan keterampilan dasar penyelamatan penjelajahan di pegunungan serta nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan kegiatan men-jelajah gunung secara ber-kelompok untuk menanam-kan nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok. • Melakukan penyelamatan penjelajahan di pegunungan secara berkelompok untuk menanamkan nilai tang-gungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	keputusan kelompok.	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan penjagaan lingkungan yang sehat secara berkelompok dengan tepat dan benar. 	1JP	
	<p>14.1. Menganalisis dampak seks bebas.</p> <p>14.2. Memahami cara menghindari seks bebas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Menganalisis dampak seks bebas yang meliputi: pengertian pendidikan seks, tujuan pendidikan seks, pentingnya pendidikan seks, metode pendidikan seks, macam-macam bahaya seks bebas, dan tempat-tempat yang digunakan kaum remaja dalam melakukan seks bebas. Memahami cara menghindari seks bebas melalui: pencegahan menurut kaidah agama dan pencegahan seks bebas di dalam keluarga. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Munir Fathoni', on a light background.

Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 18 November 2017
Guru mapel PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Teguh Imam Santoso', on a light background.

Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

KURIKULUM TINGKAT SATUAN PENDIDIKAN (KTSP)
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM TAHUNAN (PROTAH)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : XI / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Klaten

PROGRAM TAHUNAN

Satuan Pendidikan	: SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Bidang Studi Keahlian	:
Program Studi Keahlian	:
Kompetensi	:
Mata Pelajaran/ Standar Kompetensi	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Kelas/ Semester	: X KU/ Gasal
Tahun Pelajaran	: 2016/2017

[illegible]

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. • Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri**).	<p>smash (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan berkelompok) dengan koor-dinasi yang baik. Bermain softball dengan menggunakan peraturan 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik. • Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>kerja keras, dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar lempar lembing (awalan, tumpuan, lepasnya lembing dan menjaga keseimbangan) dengan koor-dinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kom-binasi teknik dasar lempar lembing (awalan, tumpuan, lepasnya lembing dan menjaga keseimbangan) dengan koor-dinasi yang baik. • Perlombaan atletik lempar lembing dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	
	7.4. Mempraktikkan	• Melakukan teknik dasar	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	keterampilan teknik <i>salah satu</i> permainan olahraga beladiri serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri**)	<p>pencak silat (teknik tangkapan, jatuhan, lepasan dan kuncian) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (teknik tangkapan, jatuhan, lepasan dan kuncian) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan pertandingan pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>8.1. Mempraktikkan latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.</p> <p>8.2. Mempraktikkan peningkatan beban latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.</p> <p>8.3. Mempraktikkan tes untuk mengukur tingkat kebugaran</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan peningkatan beban latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri dengan koordinasi yang baik. • Melakukan tes untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.			
	<p>9.1 Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan dengan menggunakan alat lanjutan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p> <p>9.2. Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan tanpa menggunakan alat lanjutan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian senam ketangkasan dengan meng-gunakan alat lanjutan (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan rangkaian senam ketangkasan tanpa meng-gunakan alat (guling depan, guling belakang, lenting tangan, meroda, dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.			
	<p>10.1. Mempraktikkan kombinasi gerak berirama menggunakan alat dengan koordinasi serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan</p> <p>10.2. Merangkai aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan kombinasi gerak berirama menggunakan alat tali dengan koordinasi serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan (perorangan dan berkelompok) dengan baik. Melakukan rangkaian aktivitas ritmik menggunakan alat tali serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>11.1. Mempraktikkan keterampilan kombinasi gerakan renang serta nilai disiplin, kerjasamaserta keberanian.</p> <p>11.2. Mempraktikkan keterampilan dasar pertolongan kecelakaan di air dengan sistem Resusitasi Jantung dan Paru (RJP) serta nilai disiplin, kerjasamaserta keberanian.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter). • Melakukan pertolongan kecelakaan di air dengan sistem Resusitasi Jantung dan Paru (RJP) 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	
	12.1.	• Melakukan	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>Mempraktikkan keterampilan merencanakan penjelajahan di perbukitan.</p> <p>12.2. Mempraktikkan keterampilan dasar penyelamatan penjelajahan di perbukitan serta nilai disiplin, tanggungjawab dan keselamatan</p>	<p>perencanaan pen- jelajahan di perbukitan secara sederhana dan berkelompok untuk menanamkan nilai kerjasama, toleransi, tolong menolong, etika, memper-hatikan keselamatan dan kebersihan lingkungan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan keterampilan dasar penyelamatan penjelajahan di perbukitan serta nilai disiplin, tanggungjawab dan keselamat-an. • Melakukan penyelamatan dan P3K terhadap jenis luka ringan secara berkelompok untuk menanamkan nilai kerjasama, toleransi, tolong menolong, etika, memperhatikan kese- lamatan, disiplin dan 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		tanggungjawab.		
	13.1. Memahami cara pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi perkembangan jasmani seseorang melalui: pengetahuan perkembangan jasmani, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak, ciri-ciri anak sehat, secara benar. 	1JP	
	14.2. Menerapkan pola hidup sehat.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan dengan cara: gerak badan, rekreasi, istirahat, dan tidur • Mengidentifikasi pola hidup sehat dengan cara: memelihara kebersihan; makanan yang sehat; cara hidup yang teratur; meningkatkan daya tahan tubuh dan 	1JP 1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		kemampuan jasmani; menghindari terjadi-nya penyakit; meningkatkan taraf kecerdasan dan rohaniah; melengkapi rumah dengan fasilitas hidup sehat; dan pemeriksaan kesehatan secara teratur.		

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**



Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 20 November 2017
Guru mapel PJOK**



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

KURIKULUM TINGKAT SATUAN PENDIDIKAN (KTSP)
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM TAHUNAN (PROTAH)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : XII / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Klaten

PROGRAM TAHUNAN

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
 Bidang Studi Keahlian :
 Program Studi Keahlian :
 Kompetensi :
 Mata Pelajaran/ Standar Kompetensi : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
 Kelas/ Semester : X KU/ Gasal
 Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>dengan koordinasi yang baik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli berpasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan pola penyerangan dan pertahanan permainan dengan koordinasi yang baik. • Bermain bolavoli bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>kerja keras, dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket ber-pasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan pola pertahanan dan pola penyerangan permainan dengan koordinasi yang baik. • Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	
	6.2 mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola kecil dengan	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis memukul forehand, memukul backhand, 	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**).	<p>servis dan smash (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis berpasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan strategi dan taktik permainan dengan koordinasi yang baik. • Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan softball berpasangan dan 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>berkelompok dalam bentuk penerapan strategi dan taktik penyerangan permainan dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja berpasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan pola penyerangan permainan dengan koordinasi yang baik. • Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan perlombaan atletik lompat tinggi dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri. • Melakukan teknik dasar lempar cakram (awalan, tumpuan, lepasnya cakram dan menjaga keseimbangan) dengan koordinasi yang baik. • Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lempar cakram (awalan, tumpuan, lepasnya cakram dan menjaga keseimbangan) dengan koor- 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>dinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan atletik lempar cakram dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri. 	1JP	
	6.4. Mempraktikkan keterampilan salah satu permainan olahraga beladiri secara berpasangan dengan menggunakan peraturan yang sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**).	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar pencak silat (teknik pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, tangkapan, jatuhan, lepasan dan kuncian) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat berpasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik. Melakukan pertandingan 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
		<p>pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> 		
	<p>7.1. mempraktikkan program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani.</p> <p>7.2. mempraktikkan membaca hasil tes berdasarkan tabel yang cocok.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan tes kebugaran jasmani secara sederhana (tes lari cepat, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.000 m, 1.200 m) dengan koordinasi yang baik. Melakukan interpretasi secara sederhana hasil tes (lari cepat, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.000 m, 1.200 m) dalam menentukan derajat kebugaran. Melakukan perlombaan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin dan tanggungjawab. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	<p>8.1 Mempraktikkan rangkaian gerakan senam lantai serta nilai percaya diri, tanggungjawab, kerjasama, dan percaya kepada teman.</p> <p>8.2. Mempraktikkan rangkaian gerakan senam ketangkasan serta nilai percaya diri, tanggungjawab, kerjasama, dan percaya kepada teman.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik. Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (lompat kangkang dan lompat jongkok) dengan koordinasi yang baik. Melakukan perlombaan senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, tanggungjawab, kerjasama, dan percaya kepada teman 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	
	9.1. Mempraktikkan rangkaian gerak senam aerobik dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika.	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika (perorangan dan 	1JP	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	9.2. Mempraktikkan senam irama tradisional sesuai budaya daerah secara berkelompok serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika.	<p>berkelompok).</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyelaraskan antara gerak dan irama dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika (perorangan dan berkelompok). Melakukan perlombaan senam aerobik untuk menumbuhkan nilai-nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika (perorangan dan berkelompok). 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	
	<p>10.1. Mempraktikkan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki dan lengan, renang gaya punggung dalam jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian.</p> <p>10.2. Mempraktikkan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki, lengan dan pernapasan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki dan lengan, renang gaya punggung dalam jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki, lengan dan pernapasan renang gaya punggung dalam 	<p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	renang gaya punggung dalam jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian.	<p>jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan renang gaya punggung (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian. 	1JP	
	<p>11.1. Mempraktikkan pemilihan tempat yang tepat untuk mendirikan tenda perkemahan di alam bebas, mempraktikkan teknik dasar pemasangan tenda untuk perkemahan secara beregu, serta nilai kerjasama, tanggungjawab dan tenggang rasa.</p> <p>11.2. Mempraktikkan penyelamatan dan P3K terhadap jenis luka ringan serta nilai kerjasama, tanggungjawab dan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi tempat yang tepat untuk mendirikan tenda perkemahan di alam bebas. Melakukan pemasangan tenda untuk perkemahan di alam bebas secara beregu. Melakukan penyelamatan dan P3K terhadap jenis luka ringan secara berkelompok untuk menanamkan nilai kerjasama, toleransi, tolong menolong, etika, memperhatikan keselamatan, disiplin dan tanggungjawab. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

Semester Gasal	Standar Kompetensi	Indikator	Alokasi Waktu	Keterangan
	Kompetensi Dasar		Jam Pelajaran	
	tenggang rasa.			
	<p>12.1. mempraktikkan pola hidup sehat.</p> <p>12.2. Menampilkan perilaku hidup sehat.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • mempraktikkan pola hidup sehat melalui: latihan/olahraga secara teratur dan mengembangkan kapasitas aerobik. • Menampilkan perilaku hidup sehat melalui: makan-makanan yang sehat, makan-makanan yang mengandung gizi dan cukup istirahat. • Mengimplementasikan pola hidup sehat dan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan dengan pola sederhana dan tidak berlebihan. 	<p>1JP</p> <p>1JP</p> <p>1JP</p>	

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**



Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 20 November 2017
Guru mapel PJOK**



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

KURIKULUM 2013
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM SEMESTER

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : X / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2016 / 2017

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 8.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

[illegible]

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2016 / 2017

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 9.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

[illegible]

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
dan interpretasi hasil tes dalam menentukan derajat kebugaran serta nilai kejujuran, semangat, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri	menentukan derajat kebugaran • Membuat laporan hasil tes kebugaran jasmani	jantung berdasarkan tes cooper lari 12 menit																											

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 10.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni					
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4		
Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman	<ul style="list-style-type: none">Melakukan keterampilan lompat kangkang diatas peti lompatMemperagakan senam lantai tanpa alat berguling ke belakang (back extention) atau stut	<p>Senam Lantai</p> <ul style="list-style-type: none">Rangkaian senam lantai dengan alat : lompat kangkangRangkaian senam lantai tanpa alat: back extention	6 JP										V	V	V																

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 11.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi yang baik dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
Mempraktikkan kombinasi keterampilan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik berirama tanpa alat serta nilai disiplin, toleransi, keluwesa	<ul style="list-style-type: none">Melakukan rangkaian ayunan lengan dengan kombinasi gerak langkah kaki dan anggota tubuh lainnyaMelakukan rangkaian ayunan lengan dengan kombinasi gerak lompat dan anggota tubuh lainnya.Mematuhi prosedur dan	<p>Aktivitas ritmik</p> <ul style="list-style-type: none">Rangkaian gerakan ayunan lenganKoordinasi gerak senam irama antara ayunan lengan dengan langkah kaki, ayunan lengan dengan lompat, langkah dengan lompat.	6 JP												V	V	V												

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
	<p>prinsip-prinsip dalam senam irama</p> <ul style="list-style-type: none">• Melakukan rangkaian senam irama tanpa dengan koordinasi antara ayunan lengan, langkah kaki dan lompat																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 12.

Standar Kompetensi : **Mempraktikkan keterampilan beberapa gaya renang dan pertolongan kecelakaan di air dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya*)**

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
12.1 Mempraktikkan kombinasi teknik renang gaya dada, gaya bebas dan salah satu gaya lain serta nilai disiplin, kerja keras keberanian dan tanggung-jawab	<ul style="list-style-type: none">Melakukan teknik meluncur renang gaya dadaMelakukan gerakan kaki, renang gaya dada dan dikombinasikan dengan kedua lengan lurus kedepan.Melakukan gerakan kedua lengan renang gaya dada	<p>Renang gaya dada</p> <ul style="list-style-type: none">Teknik meluncurKoordinasi gerak tangan dan kakiTeknik pernapasan renang gaya dada	1 JP															V											

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
dan tanggung jawab																													

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 13.
Standar Kompetensi : Mempraktikkan perencanaan penjelajahan dan penyelamatan aktivitas di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya***)

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
13.1Mempraktikkan keterampilan dasar-dasar kegiatan menjelajah gunung serta nilai tanggung-jawab, kerjasama, toleransi, tolong-menolong, dan melaksanakan keputusan	<ul style="list-style-type: none">Memilih lokasi yang aman dan nyamanMenggunakan peralatan / perlengkapan yang sesuai dengan kebutuhanBeberapa latihan fisik untuk mendukung pendakian	Pendakian Gunung	2 JP																	V	V								

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
dalam kelompok																													
13.2 Mempraktikkan keterampilan dasar penyelamatan penjelajahan di pegunungan serta nilai tanggung-jawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, dan melaksanakan keputusan kelompok	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan langkah-langkah awal penyelamatan• Mematuhi prinsip dan peraturan penyelamatan• Menerapkan pengetahuan tentang penyelamatan kecelakaan di pegunungan• Memperagakan keterampilan penyelamatan kecelakaan di pegunungan	<p>Penyelamat-an kecelakaan di gunung</p> <ul style="list-style-type: none">• Keterampil-an penyelamat-an kecelakaan di gunung• Prinsip-prinsip penyelamat-an kecelakaan di gunung	2 JP																		V								

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
13.3 Mempraktikkan keterampilan pen jagaan lingkungan yang sehat	<ul style="list-style-type: none">• Menciptakan model sanitasi / pemeliharaan lingkungan secara sederhana• Menjelaskan faktor yang dapat menyebabkan timbulnya suatu penyakit sebagai akibat sanitasi lingkungan yang tidak sehat.	Sanitasi lingkungan sehat yang sederhana	2 JP																			V							

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : X/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 14.
Standar Kompetensi : Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
14.1 Menganalisis dampak seks bebas	<ul style="list-style-type: none">• Mengidentifikasi an penyakit yang sering ditimbulkan akibat perilaku seks bebas• Mengklasifikasi- kan perilaku seks bebas• Mengkategori- sasikan faktor- faktor penyebab seks bebas	• Dampak seks bebas menimbulkan PHS (penyakit hubungan kelamin)	2 JP																				V						
14.2 Memahami cara menghindari seks	• Mengidentifikasi an perilaku yang dapat menghindari seks	• Cara menghindari seks bebas ditinjau dari	2 JP																				V						

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Munir Fathoni', on a light background.

Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 16 November 2017
Guru mapel PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Teguh Imam Santoso', on a light background.

Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

KURIKULUM TINGKAT SATUAN PENDIDIKAN (KTSP)
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM SEMESTER

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : XI / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Klaten

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten

Kelas/ Semester : XI/2

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kode Kompetensi : 7.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

[illegible]

[illegible]

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
kerjasama, kejujuran, menghargai, percaya diri**)	<div><div>menghindar serangan kaki</div><div>• Secara berpasangan melakukan teknik serang hindar pada olahraga bela diri</div></div>	<div><div>• Gerakan menghindar</div></div>																											

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Kelas/ Semester : XI/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 8.

Standar Kompetensi : Meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengukurannya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
8.1 Mempraktikkan latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani serta nilai tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan sirkuit untuk meningkatkan unsur kelincahan Melakukan latihan sirkuit untuk meningkatkan unsur ketepatan Melakukan latihan sirkuit untuk meningkatkan unsur reaksi Melakukan latihan sirkuit untuk meningkatkan unsur kekuatan 	Latihan Kebugaran Jasmani <ul style="list-style-type: none"> Latihan untuk meningkatkan daya tahan kerja jantung 	2 JP												v														

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Kelas/ Semester : XI/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 9.

Standar Kompetensi : Mempraktekkan keterampilan senam ketangkasan dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
9.1 Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan dengan menggunakan alat lanjutan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggung jawab, menghargai teman	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan senam head spring diatas peti lompat 	Senam ketangkasan <ul style="list-style-type: none"> Head spring diatas peti lompat 	3 JP															v	v										
9.2 Mempraktikkan keterampilan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan guling, hand- 	Lenting tangan / hand spring	3 JP																v	v									

[illegible]

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
 Kelas/ Semester : XI/2
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kode Kompetensi : 10.
 Standar Kompetensi : Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
10.1 Mempraktikkan kombinasi gerak berirama menggunakan alat dengan koordinasi serta nilai kedisiplinan, konsistensi dan keluwesan	<ul style="list-style-type: none">Menampilkan rangkaian senam aerobik dengan kombinasi gerak bervariasi antara ayunan lengan, langkah kaki dan lompat kaki	Senam aerobik <ul style="list-style-type: none">Gerak dasar senam aerobik bervariasi menggunakan alat pita/ tali	3 JP																		v	v							
10.2 Merangkai aktivitas ritmik menggunakan alat	<ul style="list-style-type: none">Menampilkan rangkaian senam aerobik menggunakan alat dengan	Rangkaian senam aerobik bervariasi menggunakan alat pita / tali	3 JP																		v	v							

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
serta nilai kedisip- linan, konsen-trasi dan keluwesan	kombinasi gerak bervariasi antara ayunan lengan, langkah kaki dan lompat kaki																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Kelas/ Semester : XI/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 11.

Standar Kompetensi : mempraktikkan dasar pertolongan kecelakaan di air dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya*)

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
11.1 Mempraktikkan keterampilan kombinasi gerakan renang serta nilai disiplin, kerja sama serta keberanian	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan kombinasi gerakan renang gaya punggung dan kupu-kupu• Melakukan kombinasi gerakan renang gaya dada dan bebas	Renang gaya ganti <ul style="list-style-type: none">• Kombinasi renang gaya punggung dan kupu-kupu• Kombinasi renang gaya dada dan bebas	3 JP																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
Jantung dan Paru (RPJ) serta nilai disiplin dan tanggung jawab	pertolongan kecelakaan di air dengan sistem resusitasi jantung paru (RJP) teknik Silvester.																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten

Kelas/ Semester : XI/2

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kode Kompetensi : 12.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan perencanaan dan keterampilan penjelajahan dan penyelamatan di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya)

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
12.1 Mempraktikkan keterampilan merencanakan penjelajahan di perbukitan	<ul style="list-style-type: none"> Mengurus perijinan untuk melakukan penjelajahan di perbukitan pada instansi terkait Memilih lokasi perbukitan yang aman dan nyaman untuk penjelajahan Mengidentifikasi peralatan yang dibutuhkan pada penjelajahan di perbukitan 	Penjelajahan <i>Penjelajahan perjalanan yang melewati bukit landai</i>	3 JP																										

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
	<p>peralatan sederhana</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok melakukan keterampilan evakuasi korban kecelakaan di perbukitan dengan menggunakan peralatan sederhana 																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten
Kelas/ Semester : XI/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 13.
Standar Kompetensi : Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
13.1 Memahami cara pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan	<ul style="list-style-type: none">• Mendefinisi-kan pengertian pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan• Mengklasifi-kasikan jenis kegiatan pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan	Pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan <ul style="list-style-type: none">• Kegiatan waktu luang untuk kesehatan	2 JP																										
13.2 Menerap-kan pola hidup sehat	<ul style="list-style-type: none">• Menyusun daftar kegiatan rutin selama 24 jam berdasarkan pola hidup sehat.	Pola hidup sehat	2 JP																										

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Munir Fathoni', written on a light background.

Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 16 November 2017
Guru mapel PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Teguh Imam Santoso', written on a light background.

Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

KURIKULUM TINGKAT SATUAN PENDIDIKAN (KTSP)
PERANGKAT PEMBELAJARAN
PROGRAM SEMESTER

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Satuan Pendidikan : SMK / MA

Kelas/Semester : XII / 2

Nama Guru : _____

NIP/NIK : _____

Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prambanan
Klaten

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 6.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

[illegible]

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**).																													

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 7.

Standar Kompetensi : mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
	1.200 m) • Perlombaan tes kebugaran jasmani secara sederhana																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 8.

Standar Kompetensi : Mengkombinasikan rangkaian gerakan senam lantai dan senam ketangkasan dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
8.1Mem-praktikkan rangkaian gerakan senam lantai serta nilai percaya diri, tanggung-jawab, kerjasama, dan percaya kepada teman.	<ul style="list-style-type: none"> Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling be-lakang, guling lenting dan meroda). Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (lompat kangkang dan lompat jongkok). 	Aktivitas Uji diri/Senam	3 JP																V	V									
8.2 Mem-praktikkan	<ul style="list-style-type: none"> Perlombaan senam lantai 	Aktivitas Uji diri/Senam	3 JP																V	V									

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
rangkaian gerakan senam ketangka-san serta nilai percaya diri, tanggung-jawab, kerjasama, dan percaya kepada teman.	(guling depan, guling belakang, guling lenting di atas peti lompat																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 9.
Standar Kompetensi : mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama secara beregu dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni						
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4			
9.1 Mem-praktikkan rangkaian gerak senam aerobik dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika.	• Latihan gerak berirama senam aerobik.	Aktivitas Ritmik	3 JP																				V	V								
9.2 Mem-praktikkan senam irama tradisional sesuai	• Penyelarasan antara gerak dan irama dengan iringan musik.	Aktivitas Ritmik	3 JP																				V	V								

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
budaya daerah secara berkelompok serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika.	• Perlombaan senam aerobik (perorangan dan berkelompok).																												

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 10.

Standar Kompetensi : Mempraktikkan keterampilan penguasaan berbagai teknik gaya renang dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*).

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
10.1 Mempraktikkan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki dan lengan, renang gaya punggung dalam jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian	• Latihan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki dan lengan, renang gaya punggung dalam jarak tertentu.	Aktivitas Renang/ Akuatik	3 JP																						V	V			

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
10.2 Mem-praktikkan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki, lengan dan pernapasan renang gaya punggung dalam jarak tertentu serta nilai disiplin, sportif, jujur, toleran, kerja keras, dan keberanian	<ul style="list-style-type: none">• Latihan koordinasi teknik dasar meluncur, gerakan kaki, lengan dan pernapasan renang gaya punggung dalam jarak tertentu.• Perlombaan renang gaya punggung (menempuh jarak 50 meter).	Aktivitas Renang/ Akuatik	3 JP																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 11.

Standar Kompetensi : Mengevaluasi kegiatan luar kelas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
11.1Mempraktikkan pemilihan tempat yang tepat untuk mendirikan tenda perkemahan di alam bebas, mempraktikkan teknik dasar pemasangan tenda untuk perkemahan secara beregu, serta nilai kerjasama,	<ul style="list-style-type: none">•Pemilihan tempat yang tepat untuk mendirikan tenda perkemahan di alam bebas.•Pemasangan tenda untuk perkemahan di alam bebas secara beregu.	Aktivitas luar kelas/ Berkemah	3 JP																								V	V	

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
tanggungjawab dan tenggang rasa.																													
11.2 Mempraktikkan penyelamatan dan P3K terhadap jenis luka ringan serta nilai kerjasama, tanggungjawab dan tenggang rasa.	<ul style="list-style-type: none"> Penyelamatan dan P3K terhadap jenis luka ringan secara berkelompok 	Aktivitas luar kelas/ Berkemah	3 JP																										

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 20... / 20...

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Prabanan, Klaten
Kelas/ Semester : XII/2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kode Kompetensi : 12.
Standar Kompetensi : Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Januari				Februari				Maret					April				Mei					Juni			
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
12.1 Mempraktikkan pola hidup sehat.	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan pola hidup sehat. Menampilkan perilaku hidup sehat. 	Kesehatan/ Budaya hidup sehat	2 JP																										
12.2 Menampilkan perilaku hidup sehat.	<ul style="list-style-type: none"> Mengimplementasikan pola hidup sehat dan perilaku hidup sehat 	Kesehatan/ Budaya hidup sehat	2 JP																										
Uji Materi			2 JP																										
Remedial			2 JP																										
Pengayaan			2 JP																										

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Munir Fathoni', written on a light background.

Munir Fathoni
NBM. 14601241037

**Yogyakarta , 16 November 2017
Guru mapel PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Teguh Imam Santoso', written on a light background.

Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR NILAI PRAKTEK
PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS X FARMASI

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran			
			Voli	Softball	Lompat Jauh	Basket
1	Adik Kurniawan	2097	85	88	90	85
2	Aina Nurhayati	2098	80	82	80	78
3	Angelina Eka Yuanita	2099	80	80	75	75
4	Anis septiana	2100	85	88	85	80
5	Aufa Sabila	2101	80	88	85	75
6	Denita Deni Setiawati	2102	80	80	75	80
7	Diah Aprilia	2103	85	83	80	78
8	Eka Fauziyah Nur Adilah	2104	80	85	75	78
9	Fitri wulandari	2105	80	87	80	80
10	Hafizah Az-zahra	2106	85	80	80	75
11	Hana Santika Kirana	2107	80	87	85	80
12	Ika Nurul Khasanah	2108	80	80	80	78
13	Imah Febri Sholikhah	2109	85	88	85	80
14	Isti Nur Syafaah	2110	85	88	85	80
15	Kartika Audri .P.	2111	84	83	80	80
16	Mufliha Nur Magfiroh	2112	80	82	75	80
17	Mujahidah A	2113	83	80	75	85
18	Nadhia Vika Sulistyawati	2114	88	86	80	80
19	Novri laura Lovriani	2115	85	87	85	80
20	Paramita Endang P	2116	85	85	80	80
21	Rahma Diah Saputri	2117	85	85	80	80
22	Ridwan Toni Saputra	2118	80	88	90	85
23	Riwin Nuriyanti	2119	80	83	80	80
24	Rovita Dewi	2120	80	80	75	85
25	santi Setyaningsih	2121	85	83	80	80
26	Susi Handayani	2122	87	88	85	85
27	Thoyibah A	2123	87	88	85	85
28	Yuni wulandari	2124	80	80	85	85
29	Yustina Misda Febriyanti	2125	88	87	85	80

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran			
			Voli	Softball	Lompat Jauh	Basket
1	Aditya Restu Muh Reza	2076	80	83	80	75
2	Ajeng Sekar Puspita	2077	80	83	80	75
3	Ajib Alif Fansah	2078	88	85	80	80
4	Ali Munawar	2079	88	87	80	80
5	Andika Deva S	2080	88	80	75	75
6	Anisa Nur Fatimah	2081	78	80	75	75
7	Arjun Sena Putra	2082	87	85	80	80
8	Destri Fitriani	2083	78	80	75	80
9	Devi Ekawati	2084	77	78	80	75
10	Ery Prasetyo	2085	87	88	90	80
11	Febi Tri Nadyanto	2086	85	80	75	80
12	Fitria Anggoro Lestari	2087	85	88	75	85
13	Ichsan Cahyanto	2088	87	88	90	85
14	Maulana Dwi Zanuar Fani	2089	87	87	85	80
15	Miftahul Janah	2090	80	83	75	80
16	Muh. Baharudin	2091	87	85	80	88
17	Rendi Exsananto	2092	88	87	80	85
18	Sholeh Adi Saputro	2093	80	83	80	80
19	Siti Aminah	2094	85	80	75	75
20	wiliam Tri Subekti	2095	85	80	80	75
21	Zaky Prasetyo	2096	80	83	75	80

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR NILAI PRAKTEK
PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS XI FARMASI

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran	
			Tolak peluru	Basket

1	Anita Nurafifah	1991	85	80
2	Atik Nur Rahmawati	1992	85	80
3	Atika Putri Khoirunnisa	1993	85	85
4	Deni Meliyani	1994	80	78
5	Elvina Anggraini	1996	80	80
6	Erviana Pamungkas	1998	80	80
7	Hartati	1999	85	85
8	Hartuti	2000	85	80
9	Irma Septiani	2001	80	78
10	Jamaluddin Arkhan	2002	75	80
11	Kholifah Puji Astuti	2003	80	85
12	Lisa Azalia	2004	80	85
13	Muh. Rizki Maulana	2005	89	85
14	Ragil Kurniawan	2006	89	85
15	Rokhaini Irawati	2008	80	78
16	Suci Defitri	2009	85	85
17	Suci Tri Wulandari	2010	80	80
18	Sutarni	2011	85	80
19	Sintya Puspita Jati	2012	80	78
20	Tri Surani	2013	75	80
21	Veri Kurniawati	2014	75	80
22	Vika Fahdian M	2015	75	80
23	Yuli Nur W.	2016	80	85
24	Yuli Tri Purnamasari	2017	80	85
25	Yuli Widyaningsih	2018	80	78
26	Vera Aprilia Agatha	2019	85	80
27	Fajar Nur Aji	2023		

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR NILAI PRAKTEK
PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS XI ADMINISTRASI

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran	
			Tolak peluru	Basket
1	Afiyah Aris Saputri	1936	85	85
2	Anisa Al Kharomah	1937	80	78
3	Anita Dwi Lestari	1938	80	75
4	Apri Liani	1939	80	80

5	Carisa Kamala Sari	1941	85	75
6	Dwi Febri Puspita Dewi	1995	80	75
7	Eka Wulan Sari	1943	80	78
8	Erisa Rizki Rimawati	1997	75	78
9	Erma Breti Rahmawati	1944	75	80
10	Erviana Indrayanto	1945	75	75
11	Haryanti	1946	80	80
12	Ica Arista Dewi	1947	80	78
13	Indah Novitasari	1948	85	78
14	Istiyah Fatmawati	1950	75	75
15	Lolyanantika Nais Kuswari	1951	80	78
16	Meinda Ajeng Lupita	1952	80	78
17	Reni Puji Utami	1954	89	78
18	Rika Afni Mulyani	1955	88	75
19	Rita Rahmawati	1956	85	80
20	Saffana Indah Permatasari	1957	80	78
21	Sefia Febrian Anggraini	1958	80	78
22	Siska Nur Fitriyana	1959	88	90
23	Sri Suyatmi	1960	80	90
24	Tri Lestari Wahyuni	1961	80	75
25	Tri Yuliana	1962	80	78
26	Utami Putri	1963	85	78
27	Widya Febriyanti	1964	85	78

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR NILAI PRAKTEK
PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS XII TEKNIK KOMPUTER DAN JARINGAN

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran	
			Tolakjangkit	sepakbola
1	Ageng Catur N	1860	75	80
2	Agus Purnomo	1861	85	85
3	Anton Neo Saputra	1863	85	87
4	Dwi Aprilia Wahyu S	1864	90	88
5	Ericha Prastiwi Smara G.	1865	80	85
6	Indah Itasari	1866	80	80
7	Kurniawan Soni M	1867	90	88
8	Muhammad Raiz P	1869	80	78

9	Novi Ratna Sari	1870	75	78
10	Saminto	1873	85	80
11	Sidiq Agung M	1874	90	89
12	Wahyu Andrianto	1876	75	87
13	Wili Dwi Saputro	1877	85	85
14	Yuni Purwanti	1878	75	80
15	Ayummy Khoirunisa	1912	75	80
16	Iqbal Hendrawan	2021	90	88

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR NILAI PRAKTEK
PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS XII ADMINISTASI

No	Nama	NIS	Materi Pembelajaran	
			lompat jangkit	sepak bola
1	Aprita Melani S.	1832	75	80
2	Ayu Setyaningrum	1833	80	88
3	Bligita Wulandari	1834	85	85
4	Dewi Retnoningsih	1835	80	85
5	Diah Ayu Sulistyawati	1836	85	87
6	Dian Safitri	1837	80	89
7	Dinita Herniawati	1838	80	85
8	Efha Mey Tantri	1839	75	75
9	Efi Aprelia	1840	75	85
10	Eka Indah Mayasari	1841	75	75
11	Elik Safitri	1842	80	90
12	Ervina Atik Nur Azizah	1843	80	78

13	Fina Lisa	1844	85	80
14	Fita Uswatun H.	1845	75	83
15	Heni Astuti P	1846	80	75
16	Intan Kusuma D.	1848	75	84
17	Isnaini Nurhidayah	1849	80	82
18	Istanti Fitriana	1850	75	83
19	Juita Ristanti	1851	75	83
20	Lia Sumiyati	1852	80	81
21	Rina Lestari	1853	75	87
22	Rini Widayati	1854	75	83
23	Risky Mery Agustina	1855	80	83
24	Ristiana Audina	1856	80	78
25	Septi Nur Janah	1857	75	84
26	Windarti	1859	80	83

Mengetahui,
Guru Pamong



Munir Fathoni
NBM. 1186183

Prambanan, 20 November 2017
Guru Mata Pelajaran



Teguh Imam Santoso
NIM. 14601241037

DAFTAR HADIR XII KEUANGAN

MATA PELAJARAN : SEMESTER :
WALI KELAS : TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1806																				
2	#REF!	1807																				
3	#REF!	1808																				
4	#REF!	1809																				
5	#REF!	1810																				
6	#REF!	1811																				
7	#REF!	1812																				
8	#REF!	1813																				
9	#REF!	1814																				
10	#REF!	1815																				
11	#REF!	1816																				
12	#REF!	1817																				
13	#REF!	1818																				
14	#REF!	1819																				
15	#REF!	1820																				
16	#REF!	1821																				
17	#REF!	1822																				
18	#REF!	1823																				
19	#REF!	1824																				
20	#REF!	1825																				
21	#REF!	1826																				
22	#REF!	1827																				
23	#REF!	1828																				
24	#REF!	1829																				
25	#REF!	1830																				
26	#REF!	1831																				

Prambanan, 20...
Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR XII ADMINISTRASI

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	Aprita Melani S.	1832	V			V	V	V	V	V												
2	Ayu Setyaningrum	1833	V			V	V	V	V	V												
3	Bligita Wulandari	1834	V			V	V	V	V	V												
4	Dewi Retnoningsih	1835	V			V	V	V	V	V												
5	Diah Ayu Sulistyawati	1836	V			V	V	V	V	V												
6	Dian Safitri	1837	V			V	V	V	V	V												
7	Dinita Herniawati	1838	V			V	V	V	V	V												
8	Efha Mey Tantri	1839	V			V	V	V	V	V												
9	Efi Aprelia	1840	V			V	V	V	V	V												
10	Eka Indah Mayasari	1841	V			V	V	V	V	V												
11	Elik Safitri	1842	V			V	V	V	V	V												
12	Ervina Atik Nur Azizah	1843	V			V	V	V	V	V												
13	Fina Lisa	1844	V			V	V	V	V	V												
14	Fita Uswatun H.	1845	V			V	V	V	V	V												
15	Heni Astuti P	1846	i			V	V	V	V	V												
16	Intan Kusuma D.	1848	V			V	V	V	V	V												
17	Isnaini Nurhidayah	1849	V			V	V	V	V	V												
18	Istanti Fitriana	1850	V			V	V	V	V	V												
19	Juita Ristanti	1851	V			V	V	V	V	V												
20	Lia Sumiyati	1852	V			V	V	V	V	V												
21	Rina Lestari	1853	V			V	V	V	V	V												
22	Rini Widayati	1854	V			V	V	V	V	V												
23	Risky Mery Agustina	1855	V			V	V	V	V	V												
24	Ristiana Audina	1856	V			V	V	V	V	V												
25	Septi Nur Janah	1857	V			V	V	V	V	V												
26	Windarti	1859	V			V	V	V	V	V												

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DAFTAR HADIR XII TEKNIK KOMPUTER JARINGAN (TKJ)

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1860		V			V	V	V	V	V											
2	#REF!	1861		V			V	V	V	V	V											
3	#REF!	1863		V			V	V	V	V	V											
4	#REF!	1864		V			V	V	V	V	V											
5	#REF!	1865		V			V	V	V	V	V											
6	#REF!	1866		V			V	V	V	V	i											
7	#REF!	1867		V			V	V	V	V	V											
8	#REF!	1869		V			V	V	V	V	V											
9	#REF!	1870		V			V	V	V	V	V											
10	#REF!	1873		V			V	V	V	V	V											
11	#REF!	1874		V			V	V	V	V	V											
12	#REF!	1876		V			V	V	V	V	V											
13	#REF!	1877		V			V	V	V	V	V											
14	#REF!	1878		V			V	A	V	V	V											
15	#REF!	1912		V			V	V	V	V	V											
16	#REF!	2021		V			V	V	V	V	V											

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DAFTAR HADIR XII FARMASI

MATA PELAJARAN : SEMESTER :
 WALI KELAS : TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1879																				
2	#REF!	1880																				
3	#REF!	1882																				
4	#REF!	1883																				
5	#REF!	1884																				
6	#REF!	1885																				
7	#REF!	1886																				
8	#REF!	1887																				
9	#REF!	1888																				
10	#REF!	1889																				
11	#REF!	1890																				
12	#REF!	1891																				
13	#REF!	1892																				
14	#REF!	1894																				
15	#REF!	1895																				
16	#REF!	1896																				
17	#REF!	1897																				
18	#REF!	1898																				
19	#REF!	1899																				
20	#REF!	1900																				
21	#REF!	1901																				
22	#REF!	1902																				
23	#REF!	1903																				
24	#REF!	1904																				
25	#REF!	1905																				
26	#REF!	1907																				
27	#REF!	1908																				
28	Wuri Handayani	1909																				

Prambanan, 20...
 Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR XI KEUANGAN

MATA PELAJARAN : **SEMESTER** :
WALI KELAS : **TH.PELAJARAN** : 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1914																				
2	#REF!	1915																				
3	#REF!	1916																				
4	#REF!	1917																				
5	#REF!	1918																				
6	#REF!	1919																				
7	#REF!	1920																				
8	#REF!	1921																				
9	#REF!	1922																				
10	#REF!	1923																				
11	#REF!	1924																				
12	#REF!	1925																				
13	#REF!	1926																				
14	#REF!	1927																				
15	#REF!	1928																				
16	#REF!	1929																				
17	#REF!	1931																				
18	#REF!	1932																				
19	#REF!	1933																				
20	#REF!	1934																				
21	#REF!	1935																				

Prambanan, 20...
Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR XI ADMINISTRASI

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN : 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1936	V			V	V	V	V													
2	#REF!	1937	V			V	V	V	V													
3	#REF!	1938	V			V	S	V	V													
4	#REF!	1939	V			V	V	V	V													
5	#REF!	1941	V			V	V	V	V													
6	#REF!	1995	V			V	V	V	V													
7	#REF!	1943	V			V	V	V	V													
8	#REF!	1997	V			V	S	V	V													
9	#REF!	1944	V			V	V	V	V													
10	#REF!	1945	V			V	V	V	V													
11	#REF!	1946	V			V	V	V	V													
12	#REF!	1947	V			V	V	V	V													
13	#REF!	1948	V			V	V	V	V													
14	#REF!	1950	V			V	V	V	V													
15	#REF!	1951	V			V	V	V	V													
16	#REF!	1952	V			V	V	V	V													
17	#REF!	1954	V			V	V	V	V													
18	#REF!	1955	V			V	V	V	V													
19	#REF!	1956	V			V	V	A	V													
20	#REF!	1957	V			V	V	V	V													
21	#REF!	1958	V			V	V	V	V													
22	#REF!	1959	V			V	V	V	V													
23	#REF!	1960	V			V	V	V	V													
24	#REF!	1961	V			A	V	A	A													
25	#REF!	1962	V			V	V	V	V													
26	#REF!	1963	V			V	V	V	V													
27	Widya Febriyanti	1964	V			V	V	V	A													

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DAFTAR HADIR XI TEKNIK KOMPUTER JARINGAN (TKJ)

MATA PELAJARAN : **SEMESTER** :
WALI KELAS : **TH.PELAJARAN** : 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1965																				
2	#REF!	1966																				
3	#REF!	1968																				
4	#REF!	1969																				
5	#REF!	1970																				
6	#REF!	1972																				
7	#REF!	1973																				
8	#REF!	1974																				
9	#REF!	1975																				
10	#REF!	1976																				
11	#REF!	1977																				
12	#REF!	1978																				
13	#REF!	1979																				
14	#REF!	1980																				
15	#REF!	1981																				
16	#REF!	1982																				
17	#REF!	1983																				
18	#REF!	1984																				
19	#REF!	1985																				
20	#REF!	1986																				
21	#REF!	1987																				
22	#REF!	1988																				
23	Tutut Sholichah	1989																				
24	Zulia Nur Rohmah	1990																				
25	Anshory Maulana	2022																				

Prambanan, 20...
Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR XI FARMASI

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	#REF!	1991		V			V	V	V	V	V											
2	#REF!	1992		V			V	V	V	V	V											
3	#REF!	1993		V			V	V	V	V	V											
4	#REF!	1994		V			V	V	V	V	V											
5	#REF!	1996		V			V	V	V	V	V											
6	#REF!	1998		V			V	V	V	V	V											
7	#REF!	1999		V			V	V	V	V	V											
8	#REF!	2000		V			V	V	V	V	V											
9	#REF!	2001		V			V	V	V	V	V											
10	#REF!	2002		V			V	V	V	V	V											
11	#REF!	2003		V			V	V	V	V	V											
12	#REF!	2004		V			V	V	V	V	V											
13	#REF!	2005		V			V	V	V	V	V											
14	#REF!	2006		V			V	V	V	V	V											
15	#REF!	2008		V			S	V	V	V	V								1			
16	#REF!	2009		V			V	V	V	V	V											
17	#REF!	2010		V			V	V	V	V	V											
18	#REF!	2011		V			V	V	V	V	V											
19	#REF!	2012		V			V	V	V	V	V											
20	#REF!	2013		V			V	V	V	V	V											
21	#REF!	2014		V			V	V	V	V	V											
22	#REF!	2015		V			V	V	V	V	V											
23	#REF!	2016		V			V	V	V	V	V											
24	#REF!	2017		V			V	V	V	V	V											
25	#REF!	2018		V			V	V	V	V	V											
26	#REF!	2019		V			V	V	V	V	V											
27	Fajar Nur Aji	2023		V			V	S	V	V	V								1			

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DAFTAR HADIR X KEUANGAN

MATA PELAJARAN : **SEMESTER** :
WALI KELAS : **TH.PELAJARAN** : 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	Ainun Lindu Permata	2024																				
2	Anisa Desiana Putri	2025																				
3	Arfia Rahmania	2026																				
4	Bagus Wicaksono	2027																				
5	Binti Musslikah	2028																				
6	Dewi Maryam	2029																				
7	Diki Dwi Purnomo	2030																				
8	Dyan Ayu Setyarini	2031																				
9	Esti Nur Lina maharani	2032																				
10	Ferawati wulandari	2033																				
11	Fitri Ayu Damayanti	2034																				
12	Irgi Farhan	2035																				
13	Jelina Puspita	2036																				
14	Jovany Adelia	2037																				
15	Ratna Nur Alinsah	2038																				
16	Rossy Damayanti	2039																				
17	Selvy Dewi Permatasari	2040																				
18	Silvia Elia Nita	2041																				
19	Sinta Kurniawati	2042																				
20	Suci Novia Ningrum	2043																				
21	Tika Mei Setiyowati	2044																				
22	Vina Oktaviani Ningsih	2045																				

Prambanan, 20...
Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR X ADMINISTRASI

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

:
:

SEMESTER :
TH.PELAJARAN : 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	Afrilia Lusiyani	2046																				
2	Aisyah Nuraini	2047																				
3	Anggar Wati	2048																				
4	Anggita Widiastuti	2049																				
5	Anis Lestari	2050																				
6	Anisa Darajatun	2051																				
7	Anisa Rahmawati	2052																				
8	Anita Intania	2053																				
9	Annisa Murtisari	2054																				
10	Dea Viska Kris Noviyanti	2055																				
11	Diah Ayu Nur Elisa	2056																				
12	Dwi Rahmawati	2057																				
13	Eka Sri Leganingsih	2058																				
14	Elisa Anggita Putri	2059																				
15	Eni Purwanti	2060																				
16	Henni Widyaningsih	2061																				
17	Jola Eka Pratami	2062																				
18	Melisa Putri Nur L	2063																				
19	Nia Ferawati	2064																				
20	Niken Adik Tiya	2065																				
21	Nurul Anisa	2066																				
22	Renny Anggraini	2067																				
23	Rima Laila Septiana	2068																				
24	Salsabila Firdayani	2069																				
25	Sindy Dewi Rejeki Putri	2070																				
26	Tri Wahyuni	2071																				
27	Vina Candra Rahayu	2072																				
28	Wiwi Muhawiyah	2073																				
29	Yasinta Ramadani	2074																				
30	Yunika Wulan	2075																				

Prambanan, 20...
Guru Mata Pelajaran

.....

DAFTAR HADIR X TKJ

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	Aditya Restu Muh Reza	2076	V				V	V	V	V	V											
2	Ajeng Sekar Puspita	2077	V				V	V	V	V	V											
3	Ajib Alif Fansah	2078	V				V	V	V	V	V											
4	Ali Munawar	2079	V				V	V	V	V	V											
5	Andika Deva S	2080	V				V	V	V	V	V											
6	Anisa Nur Fatimah	2081	V				V	V	V	V	V											
7	Arjun Sena Putra	2082	V				V	V	V	V	V											
8	Destri Fitriani	2083	V				V	V	V	S	V								1			
9	Devi Ekawati	2084	V				V	V	V	V	V											
10	Ery Prasetyo	2085	V				V	V	V	S	V								1			
11	Febi Tri Nadyanto	2086	V				V	V	V	V	V											
12	Fitria Anggoro Lestari	2087	V				V	V	V	V	V											
13	Ichsan Cahyanto	2088	V				V	V	S	V	V								1			
14	Maulana Dwi Zanuar Fani	2089	V				V	V	V	V	V											
15	Miftahul Janah	2090	V				V	V	V	V	V											
16	Muh. Baharudin	2091	A				V	V	V	V	V										1	
17	Rendi Exsananto	2092	V				V	V	V	V	V											
18	Sholeh Adi Saputro	2093	V				V	V	V	V	V											
19	Siti Aminah	2094	V				V	V	V	V	V											
20	wiliam Tri Subekti	2095	V				S	S	V	S	V								3			
21	Zaky Prasetyo	2096	V				V	S	V	V	V											

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DAFTAR HADIR X FARMASI

MATA PELAJARAN
WALI KELAS

: Penjasorkes
:

SEMESTER : Gasal
TH.PELAJARAN: 2017/2018

NO	NAMA	NIS	Pertemuan ke-																Jml Absensi			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	S	I	T	%
1	Adik Kurniawan	2097		S			V	V	V	V	V	V							1			
2	Aina Nurhayati	2098		V			V	V	V	V	V	V										
3	Angelina Eka Yuanita	2099		V			V	V	V	V	V	V										
4	Anis septiana	2100		V			V	V	V	S	V	V							1			
5	Aufa Sabila	2101		S			V	V	V	V	V	V							1			
6	Denita Deni Setiawati	2102		V			V	V	V	V	V	V										
7	Diah Aprilia	2103		V			V	V	V	V	V	V										
8	Eka Fauziah Nur Adilah	2104		V			V	V	V	V	V	V										
9	Fitri wulandari	2105		V			V	V	V	V	V	V										
10	Hafizah Az-zahra	2106		V			V	V	V	V	V	V										
11	Hana Santika Kirana	2107		V			V	V	V	V	V	V										
12	Ika Nurul Khasanah	2108		V			V	V	V	V	V	V										
13	Imah Febri Sholikhah	2109		V			V	S	V	V	V	V										
14	Isti Nur Syafaah	2110		V			V	V	V	V	V	V										
15	Kartika Audri .P.	2111		V			V	V	V	V	V	V										
16	Mufliha Nur Magfiroh	2112		V			V	V	V	V	V	V										
17	Mujahidah A	2113		V			V	V	V	V	V	V										
18	Nadhia Vika Sulistyawati	2114		V			V	V	V	V	V	V										
19	Novri laura Lovriani	2115		V			V	V	V	V	V	V										
20	Paramita Endang P	2116		V			V	V	V	V	V	V										
21	Rahma Diah Saputri	2117		V			V	V	S	V	V	V						1				
22	Ridwan Toni Saputra	2118		V			V	V	V	V	V	V										
23	Riwin Nuriyanti	2119		V			V	V	S	V	V	V						1				
24	Rovita Dewi	2120		V			V	V	V	V	V	V										
25	santi Setyaningsih	2121		V			V	V	V	V	V	V										
26	Susi Handayani	2122		V			V	V	V	V	V	I							1			
27	Thoyibah A	2123		V			V	V	V	V	V	V										
28	Yuni wulandari	2124		V			V	V	V	S	V	V						1				
29	Yustina Misda Febriyanti	2125		V			V	V	S	V	V	V						1				

Prambanan, 16 November 2017
Guru Mata Pelajaran

Teguh Imam Santoso

DOKUMENTASI

1. Apel pagi



2. Pembelajaran



3. Pendampingan



4. Ekstrakurikuler basket



5. Ekstrakurikuler pencak silat



6. Melatih upacara



7. Mengawasi ujian tengah semester



8. Menonton film G30SPKI

